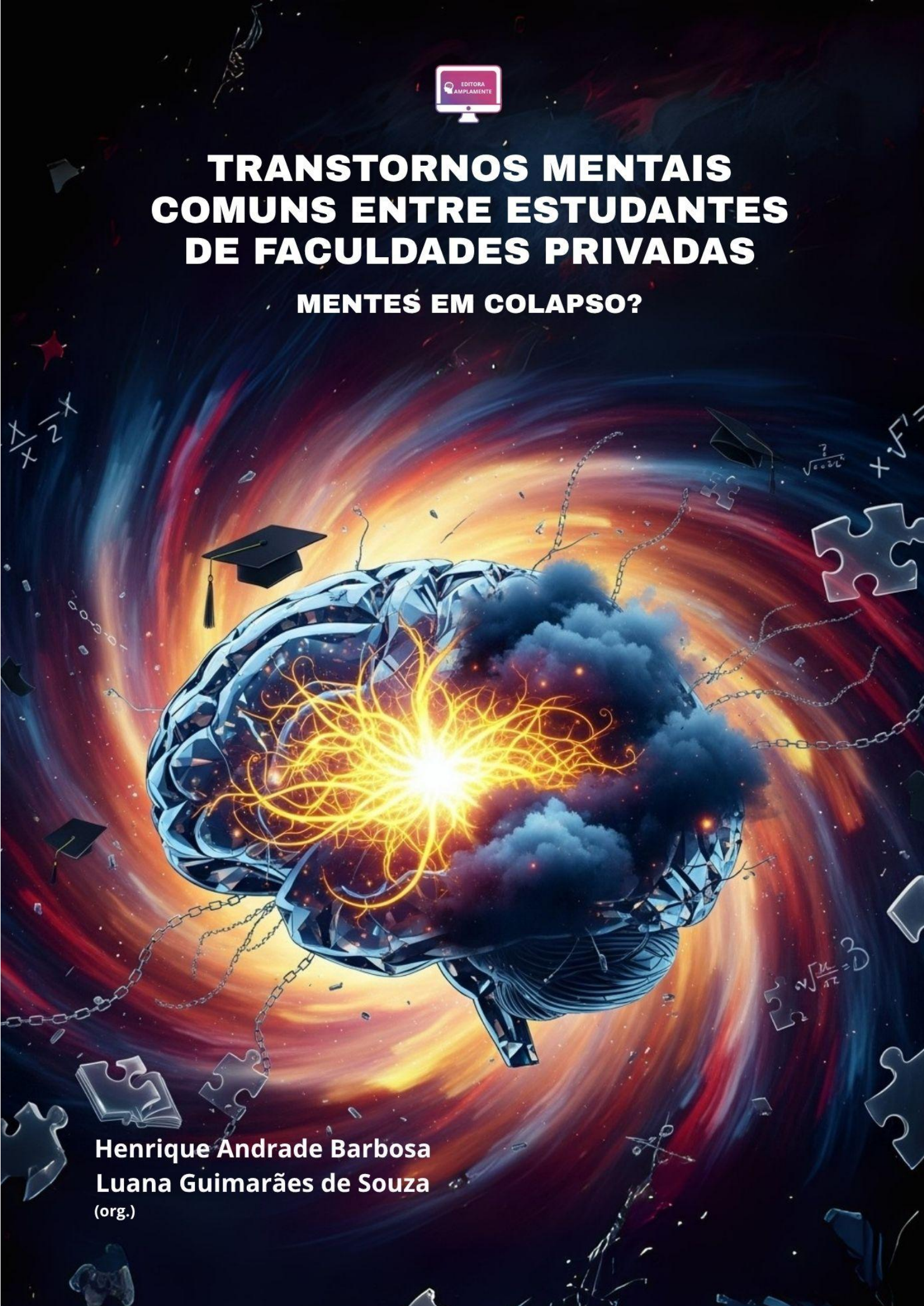
# TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS ENTRE ESTUDANTES DE FACULDADES PRIVADAS

## MENTES EM COLAPSO?



Henrique Andrade Barbosa
Luana Guimarães de Souza
(org.)

# TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS ENTRE ESTUDANTES DE FACULDADES PRIVADAS

## MENTES EM COLAPSO?

1ªEdição


**ORGANIZADORES**

**HENRIQUE ANDRADE BARBOSA**
**LUANA GUIMARÃES DE SOUZA**



**DOI: 10.47538/AC-2025.60**

ISBN: 978-6-55321-046-2

Ano 2025

# TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS ENTRE ESTUDANTES DE FACULDADES PRIVADAS

## MENTES EM COLAPSO?

1ªEdição

Catalogação da publicação na fonte

Transtornos mentais comuns entre estudantes de faculdades privadas: mentes em colapso? / organização de Henrique Andrade Barbosa, Luana Guimarães de Souza. – 1. ed. – Natal: Editora Amplamente, 2025.

PDF./ 80 p. : il.; 21 cm.
Bibliografia.
DOI: 10.47538/AC-2025.60
ISBN: 978-65-5321-046-2

1. Saúde mental. 2. Estudantes universitários. 3. Psicologia da educação. 4. Transtornos mentais comuns. 5. Ensino superior privado. I. Barbosa, Henrique Andrade. II. Souza, Luana Guimarães de.
CDU: 616.89-057.875:378.4(81)
T772

Direitos para esta edição cedidos pelos autores à Editora Amplamente.

Editora Amplamente
Empresarial Amplamente Ltda.
CNPJ: 35.719.570/0001-10
E-mail: publicacoes@editoraamplamente.com.br
www.amplamentecursos.com
Telefone: (84) 999707-2900
Caixa Postal: 3402
CEP: 59082-971
Natal- Rio Grande do Norte – Brasil
Copyright do Texto © 2025 Os autores
Copyright da Edição © 2025 Editora Amplamente
Declaração dos autores/ Declaração da Editora: disponível em:
https://www.amplamentecursos.com/politicas-editoriais
Editora-Chefe: Dayana Lúcia Rodrigues de Freitas
Assistentes Editoriais: Caroline Rodrigues de F. Fernandes; Margarete Freitas Baptista
Bibliotecária: Mônica Karina Santos Reis CRB-15/393
Projeto Gráfico, Edição de Arte e Diagramação: Luciano Luan Gomes Paiva; Caroline Rodrigues de F. Fernandes
Capa: Canva®/Freepik®
Parecer e Revisão por pares: Revisores
Creative Commons. Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional (CC-BY-NC-ND).

Ano 2025

## AUTORES

**HENRIQUE ANDRADE BARBOSA**
Enfermeiro. Professor. Doutor em Ciências da Saúde.
Orientador das pesquisas que originaram os estudos apresentados neste livro.

**LUANA GUIMARÃES DE SOUZA**
Enfermeira.
Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Unimontes.

**CARLA MENDES SANTOS TEIXEIRA**
Psicóloga.
Especialista em Saúde Mental e Atenção Psicossocial. Psicóloga Hospitalar.
Neuropsicóloga.
Coordenadora do Curso de Psicologia das faculdades privadas que sediaram os estudos.

**CLAUDIA DANYELLA ALVES LEÃO RIBEIRO**
Enfermeira. Professora. Doutora em Ciências da Saúde.
Coordenadora do Curso de Enfermagem de uma das faculdades privadas que sediaram os estudos.

**LUCIENE TEIXEIRA DOS SANTOS**
Supervisora pedagógica.

**TÚLIO TEIXEIRA ANDRADE**
Acadêmico do Curso de Medicina.
Centro Universitário do Norte de Minas - Funorte.

**JOSÉ ELSON AMARAL DOS SANTOS**
Enfermeiro.
Formado pela Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**GISELLE CRISTINA MAGALHAES SANTOS**
Fisioterapeuta.
Especialista em terapia intensiva neonatal e adulto.

**ALINE GONÇALVES DE AMORIM**
Socióloga.

**WELBERTH LEANDRO RABELO PINTO**
Acadêmico de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

Ano 2025

**ROBERTA AMARAL KROGER**
Acadêmica de Psicologia.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**SALETE DA CRUZ SOUSA**
Acadêmica de Psicologia.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**JÉSSICA LUZ DE CASTRO**
Psicóloga.
Especialista em Saúde Mental, modalidade residência.
Avaliadora de projetos de pesquisas que geraram os estudos.

**LUIZA BRITO ALKMIM**
Psicóloga.
Especialista em Saúde Mental, modalidade residência.
Avaliadora de projetos de pesquisas que geraram os estudos.

**ELLEN ROBERTA REIS OLIVEIRA**
Psicóloga.
Formada pela Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.
Acadêmica do Curso de Medicina.
Centro Universitário do Norte de Minas - Funorte.

**JÂNIA LURDES PIRES SAMÚDIO**
Psicóloga. Professora. Mestre em Cuidado Primário em Saúde.
Avaliadora de manuscritos gerados dos projetos de pesquisas.

**GIOVANA AZEVEDO SOUZA**
Acadêmica de Psicologia.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**MARIA EDUARDA BRITO MAYRINK**
Acadêmica de Psicologia.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**FRANCIELLY FERREIRA DE MACEDO**
Acadêmica de Psicologia.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**GABRIELLA ADRIANE SOARES PEREIRA**
Acadêmica de Psicologia.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

Ano 2025

**ANA MARIA MEDEIROS DIAS**
Acadêmica de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**EDUARDA DA SILVA DURÃES RIBEIRO**
Acadêmica de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**VICTOR GUILHERME PEREIRA**
Enfermeiro.
Formado pela Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.
Avaliador dos projetos de pesquisas que geraram os estudos.

**DIENYPHER OLIVEIRA FACIN LACERDA**
Enfermeira.
Formada pela Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.
Avaliadora de manuscritos gerados dos projetos de pesquisas.

**SUELEN SANTOS FERREIRA**
Enfermeira.
Mestre em Gestão da Clínica - Universidade Federal de São Carlos.
Diretora de Enfermagem do Hospital Universitário Clemente de Faria da Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes.

**MARLY DOS SANTOS GUIMARÃES PEREIRA**
Enfermeira.
Formada pelas Faculdades Unidas do Norte de Minas - Funorte.

**CARLOS WILLIAM PEREIRA DOS SANTOS**
Bacharel em Direito.
Bacharel em Ciências Militares.
Licenciatura Plena em História.
Especialista em Educação: Docência no Ensino Básico e Superior.
Especialista em Segurança Pública.

**ANNA PAULA SANTOS FREIRE**
Enfermeira.
Formada pelas Faculdades Integradas Pitágoras.

**IZABELLA SOARES GOMES**
Enfermeira.
Formada pela Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes.

Ano 2025

**JOYCE PEREIRA SOARES**
Acadêmica de Enfermagem.
Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes.

**BRUNA RAFAELA CRUZ BARBOSA**
Acadêmica de Medicina.
Universidade Estadual de Montes Claros – Unimontes.

**JÚNIO MENDES ROCHA**
Psicólogo. Professor. Mestrando em Desenvolvimento Social.
Avaliador de manuscritos gerados dos projetos de pesquisas.

**GISLAINE BEATRIZ MATOS DA SILVA**
Acadêmica de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**ROGER VICENTE DOS REIS FERREIRA**
Acadêmico de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**ANA CLARA LIMA MOREIRA**
Acadêmica de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**YOHANA GABRIELE SILVA ANDRADE**
Acadêmica de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**DAYANE INDYARA DE SÁ SILVA**
Enfermeira.
Formada pela Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.
Coorientadora de projetos de pesquisas.

**CAMILA VITÓRIA FERREIRA CARDOSO**
Acadêmica de Psicologia.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**IRENI VIEIRA NOVAIS**
Acadêmica de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

**ROSILENE RODRIGUES DA SILVA**
Acadêmica de Enfermagem.
Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna - Fasi.

Ano 2025

**FARLEY SINDEAUX RIBEIRO**
Graduado em Enfermagem.
Graduado em Direito.
Especialista em Saúde da Família pela Unimontes.
Fiscal do Conselho Regional de Enfermagem.

**ALDAIR ALMEIDA BATISTA**
Enfermeiro.
Pós-graduação em Urgência e Emergência.

**PRISCILLA OLIVEIRA SANTOS**
Enfermeira.
Pós-graduação em Saúde Mental.

**MÁRCIA EDUARDA MENDES PINHEIRO**
Acadêmica de Enfermagem.
Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes.

**BIANCA PABLINE VEIGA MARINHO**
Acadêmica de Enfermagem.
Universidade Estadual de Montes Claros - Unimontes.

Ano 2025

# SUMÁRIO

**PREFÁCIO ..... 12**
Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-01

**APRESENTAÇÃO ..... 13**
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-02

**CAPÍTULO I ..... 14**
**INTRODUÇÃO**
**ENTRE O SILÊNCIO E O RECONHECIMENTO DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS: DE UM PANORAMA HISTÓRICO ATÉ A RELEVÂNCIA NA ATUALIDADE**
Henrique Andrade Barbosa
Luana Guimarães de Souza
Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-03

**CAPÍTULO II ..... 18**
**MATERIAIS E MÉTODOS**
**ENTRE DADOS E SINTOMAS: ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS PARA ANÁLISES DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS**
Henrique Andrade Barbosa
Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-04

**CAPÍTULO III ..... 23**
**RESULTADOS**
**PANORAMA DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS: UM RETRATO DE UNIVERSITÁRIOS EM ALERTA**
Henrique Andrade Barbosa
Marly dos Santos Guimarães Pereira
Anna Paula Santos Freire
Suelen Santos Ferreira
Giselle Cristina Magalhães Santos
Welberth Leandro Rabelo Pinto
José Elson Amaral dos Santos
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-05

**CAPÍTULO IV ..... 27**
**SINTOMAS DEPRESSIVOS DE UM SOFRIMENTO EMOCIONAL INVISÍVEL DOS UNIVERSITÁRIOS**
Roberta Amaral Kroger
Salete da Cruz Sousa
Jéssica Luz de Castro
Luiza Brito Alkmim
Carlos William Pereira dos Santos
Izabella Soares Gomes
Ellen Roberta Reis Oliveira
Jânia Lurdes Pires Samúdio
José Elson Amaral dos Santos
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-06

**CAPÍTULO V ..... 34**
**RESSONÂNCIAS DO SILÊNCIO DOS SINTOMAS DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS**
Giovana Azevedo Souza
Maria Eduarda Brito Mayrink
Jéssica Luz de Castro
Luiza Brito Alkmim
Jânia Lurdes Pires Samúdio
Bruna Rafaela Cruz Barbosa
José Elson Amaral dos Santos
Aline Gonçalves de Amorim
Farley Sindeaux Ribeiro
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-07

**CAPÍTULO VI ..... 40**
**SOB PRESSÃO DE CARGAS INVISÍVEIS NA GERAÇÃO DE SINTOMAS DE ESTRESSE ACADÊMICO**
Francielly Ferreira de Macedo
Gabriella Adriane Soares Pereira
Jéssica Luz de Castro
Luiza Brito Alkmim
Jânia Lurdes Pires Samúdio
José Elson Amaral dos Santos
Aldair Almeida Batista
Farley Sindeaux Ribeiro
Luana Guimarães de Souza
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-08

**CAPÍTULO VII ..... 46**
**EVIDÊNCIAS DE EXAUSTÃO FÍSICA E EMOCIONAL, EM UNIVERSITÁRIOS, QUE PROVOCAM A SÍNDROME DE BURNOUT**
Ana Maria Medeiros Dias
Eduarda da Silva Durães Ribeiro
Dayane Indyara de Sá Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Carlos William Pereira dos Santos
Júnio Mendes Rocha
José Elson Amaral dos Santos
Joyce Pereira Soares
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-09

**CAPÍTULO VIII..... 51**
**ENTRE EXPECTATIVAS E REALIDADE: OS DESAFIOS RELACIONADOS À AUTOESTIMA NO CONTEXTO ACADÊMICO**
Gislaine Beatriz Matos da Silva
Roger Vicente dos Reis Ferreira
Dayane Indyara de Sá Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Júnio Mendes Rocha
José Elson Amaral dos Santos
Márcia Eduarda Mendes Pinheiro
Bianca Pabline Veiga Marinho
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-10

**CAPÍTULO IX..... 57**
**SOLIDÃO E VIDA UNIVERSITÁRIA: REFLEXOS PSICOSSOCIAIS NO DESEMPENHO E BEM-ESTAR DOS ESTUDANTES**
Ana Clara Lima Moreira
Yohana Gabriele Silva Andrade
Dayane Indyara de Sá Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Ellen Roberta Reis Oliveira
José Elson Amaral dos Santos
Welberth Leandro Rabelo Pinto
Priscilla Oliveira Santos
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-11

**CAPÍTULO X ..... 63**
**VULNERABILIDADES OCULTAS QUE PROVOCAM ANGÚSTIA: DETERMINANTES DA IDEAÇÃO SUICIDA**
Camila Vitória Ferreira Cardoso
Ireni Vieira Novais
Rosilene Rodrigues da Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Júnio Mendes Rocha
Jânia Lurdes Pires Samúdio
José Elson Amaral dos Santos
Welberth Leandro Rabelo Pinto
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-12

**CAPÍTULO XI..... 68**
**CONCLUSÕES**
**SAÚDE MENTAL E ENSINO SUPERIOR PRIVADO: IMPLICAÇÕES E PERSPECTIVAS PARA INTERVENÇÕES E DESENVOLVIMENTO INSTITUCIONAL DE ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS**
Henrique Andrade Barbosa
Welberth Leandro Rabelo Pinto
Túlio Teixeira Andrade
Luciene Teixeira dos Santos
Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-13

# PREFÁCIO

Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-01

Este livro nasce do encontro entre ciência, sensibilidade e compromisso social. Fruto de trabalhos de conclusão de curso dos estudantes de Psicologia e Enfermagem, ele ultrapassa os limites da exigência acadêmica e se transforma em um testemunho da potência que a pesquisa adquire quando se volta para temas que atravessam de forma tão contundente a vida das pessoas. Ao abordar os transtornos mentais comuns no contexto universitário, esta obra se coloca como uma resposta necessária a uma questão que, embora presente e crescente, ainda carrega marcas de silêncio, invisibilidade e estigma.

As páginas que seguem revelam, com rigor metodológico e clareza analítica, o retrato de jovens que enfrentam múltiplos desafios no cotidiano acadêmico. Depressão, ansiedade, estresse, *Burnout*, solidão, autoestima fragilizada e ideação suicida não são apenas conceitos clínicos ou estatísticas frias; são experiências concretas que afetam trajetórias, minam sonhos e, muitas vezes, comprometem o futuro de nossos estudantes. Ao mesmo tempo, o livro nos convida a ouvir essas vozes, a reconhecer que, por trás dos números e tabelas, existem vidas reais que clamam por cuidado, atenção e mudança.

É profundamente significativo que esta produção seja resultado da colaboração entre Psicologia e Enfermagem. Duas áreas que, cada uma com sua especificidade, têm como essência o cuidado integral do ser humano. A convergência aqui apresentada mostra a força de um olhar interdisciplinar, capaz de compreender o sofrimento psíquico não apenas como uma dimensão individual, mas como fenômeno que se inscreve em contextos sociais, econômicos e institucionais. É neste entrelaçamento de perspectivas que se abrem possibilidades mais ricas e eficazes de compreensão e intervenção.

Este livro também nos lembra da potência da educação superior como espaço de transformação. A investigação realizada pelos estudantes, com a orientação atenta de seus orientadores, demonstra que a produção científica pode assumir um papel decisivo na construção de novas práticas, na sensibilização de comunidades e na proposição de políticas mais humanas. Não se trata apenas de formar profissionais, mas uma consciência do papel social, ético e da capacidade de se promover saúde, acolhimento e dignidade.

Assim, ao abrir estas páginas, o leitor encontrará mais do que resultados de pesquisa: encontrará caminhos possíveis para repensar a formação superior, valorizar o cuidado e, sobretudo, reconhecer a dignidade e a complexidade da vida acadêmica. Que este livro seja inspiração para que docentes, gestores, profissionais de saúde, estudantes e a sociedade em geral compreendam que a saúde mental é um direito, uma necessidade coletiva e uma base inegociável para uma formação verdadeiramente integral.

Com gratidão e esperança, convidamos cada leitor a mergulhar nesta obra. Que ela provoque reflexões profundas, inspire novas práticas e fortaleça o compromisso de todos com a promoção de um ambiente acadêmico mais acolhedor, humano e transformador.

# APRESENTAÇÃO

Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-02

A proposta de desenvolvimento deste livro surgiu durante a execução de uma pesquisa detalhada, voltada para o entendimento dos Transtornos Mentais Comuns em estudantes universitários de faculdades privadas. Reunindo dados relevantes e análises consistentes, a obra identifica sintomas de depressão, ansiedade, estresse, síndrome de *Burnout*, classifica autoestima, solidão e ideação suicida, manifestações que, silenciosamente, atravessam a rotina acadêmica e afetam significativamente o rendimento dos estudantes, as relações interpessoais, a qualidade de vida e a continuidade dos estudos.

A investigação foi motivada pela necessidade de dar visibilidade ao sofrimento psíquico presente no ensino superior privado, um contexto marcado por múltiplas pressões: ambiente de cobrança, interna e externa, com exigência de bom desempenho, investimento financeiro direto e custos elevados, inseguranças socioeconômicas, múltiplas jornadas vividas por esses estudantes, incerteza profissional e acúmulo de responsabilidades pessoais e familiares. Tais condições tornam os estudantes ainda mais vulneráveis ao adoecimento mental e a percepção disto, muitas vezes, é encoberta pelos excessos de rotina.

Ao longo dos capítulos, o leitor encontrará uma estrutura inteligível, com base teórica, métodos bem definidos e resultados que possibilitam reflexões críticas. As análises são orientadas por uma perspectiva multidimensional, reconhecendo que os transtornos mentais comuns não decorrem apenas de fatores individuais, mas também de contextos social, econômico e institucional que moldam o percurso formativo.

Este material foi construído com rigor metodológico, mas também com sensibilidade diante da realidade universitária. A intenção não é apenas identificar um problema, mas contribuir para que os próprios indivíduos, seus familiares e amigos, docentes, gestores das instituições de ensino privadas e profissionais de saúde possam (re)pensar estratégias de promoção da saúde mental, prevenção de danos, intervenção com acolhimento no espaço acadêmico e para além dele.

Foi possível reconhecer, ainda, a importância da produção científica como instrumento de transformação social. Por isso, este material se dirige não apenas à comunidade acadêmica, mas a todos que se preocupam com a manutenção do bem-estar acadêmico, especialmente de instituições privadas.

É desejo que esta obra inspire novos olhares, provoque debates e favoreça a implantação e a implementação de práticas mais humanas e integradas no ensino superior, privado, como é o caso. Que cada página possa reforçar o compromisso coletivo com a saúde mental, como direito, cuidado e base para uma formação verdadeiramente integral.

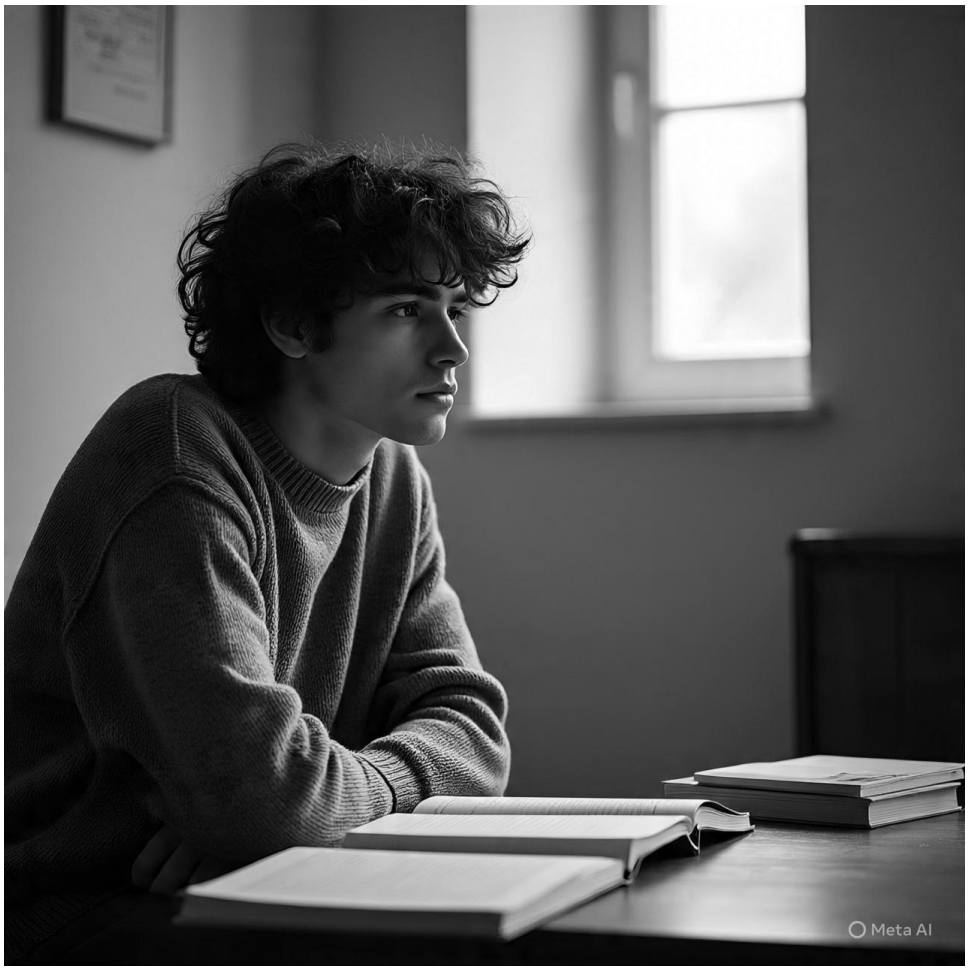
Por fim, e muito importante, agradecimentos às faculdades que permitiram desenvolver a pesquisa, aos estudantes que produziram os projetos, aos universitários que participaram deste levantamento, aos professores e profissionais que avaliaram e revisaram cada parte dessa produção. Este produto é um indicador de que “todos podem superar suas circunstâncias e alcançar o sucesso”, pois “a educação é a arma mais poderosa que você pode usar para mudar o mundo” (Nelson Mandela).

**CAPÍTULO I**

# INTRODUÇÃO

# ENTRE O SILÊNCIO E O RECONHECIMENTO DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS: DE UM PANORAMA HISTÓRICO ATÉ A RELEVÂNCIA NA ATUALIDADE

Henrique Andrade Barbosa
Luana Guimarães de Souza
Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-03




**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) envolve uma série de distúrbios, incluindo principalmente depressão e ansiedade, que afetam consideravelmente a qualidade de vida e o desempenho acadêmico dos estudantes universitários. Dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) indicam que aproximadamente 4,4% da população mundial sofre de depressão e 3,6% de ansiedade. Esses números variam de acordo com a região; na América Latina, estima-se que 5,8% da população seja afetada por transtornos de ansiedade, sendo as mulheres o grupo mais vulnerável (Ferreira *et al.,* 2024).

Historicamente, os TMC entre universitários permaneceram subdiagnosticados e invisíveis, convivendo com tabus e silêncio institucional. Apesar disso, nas últimas décadas, o tema vem ganhando maior atenção, principalmente devido ao aumento da incidência de sofrimento psíquico nessa população e à necessidade de políticas de promoção da saúde mental no ambiente acadêmico. Um estudo epidemiológico recente identificou que cerca de 39,9% dos universitários de uma instituição paulista apresentaram indicadores de TMC, revelando que quase dois em cada cinco estudantes vivenciam sofrimento psíquico significativo. Além disso, a vulnerabilidade se manifesta de forma desigual, com maior prevalência entre estudantes de determinados cursos, períodos e grupos sociais, tanto quanto sexo e orientação sexual (Gomes *et al.,* 2020).

O campo universitário é um espaço que possibilita o desenvolvimento de habilidades e competências para o estudante, ampliando a sua evolução como pessoa e profissional. Contudo, esta fase da vida traz, para alguns acadêmicos, fatores dificultadores, pois é um período em que ocorrem muitas mudanças, com desafios financeiros, estudantis e pessoais que se tornam mais evidentes, aumentando os níveis de estresse e ansiedade destes estudantes, que ainda precisam conciliar o estudo ao trabalho para garantirem o seu sustento. A cobrança inerente aos estudos, a busca pela projeção curricular, juntamente com o estresse vivenciado no trabalho, promove o aumento do TMC caracterizado por sintomas como fadiga, insônia, esquecimento, irritabilidade, dificuldade de concentração e queixas somáticas, incrementando uma predominância de 44,9% devido às mudanças sociais e psicológicas vivenciados na vida acadêmica (Gomes; Aguiar; Silva, 2023).

Dados específicos sobre fatores de risco fortalecem a necessidade de atenção institucional. Estudo feito com universitários atendidos por um serviço de assistência de saúde estudantil identificou que o uso abusivo de substâncias psicoativas, tentativas de suicídio prévias e comportamentos autolesivos são preditores significativos para ideação suicida nessa população (Machado *et al.*, 2020). Esses achados evidenciam a urgência de implementar estratégias de prevenção, promoção do bem-estar e acompanhamento psicológico, especialmente em cursos e períodos mais vulneráveis.

As dúvidas sobre a sua formação, o trajeto a ser escolhido e a necessidade de afastamento da família geram sensações de inadequação e solidão, desafiando o acadêmico a reorganizar toda a rotina. Tais situações impactam de forma direta na habilidade acadêmica, promovendo assim um melhor desempenho e desenvolvimento profissional. Também se afirma que ao longo do curso, as expectativas e as responsabilidades vão aumentando gradualmente, o que provoca tensões e ansiedades que influenciam de maneira considerável a saúde (Barbosa; Silva; Ferreira, 2023).

A situação de estresse, identificada pelo aumento da produção de adrenalina e cortisol, tem um impacto significativo na saúde psicocognitiva e na homeostase do corpo humano. O estresse surge a partir da percepção e integração de estressores, que são fatores que iniciam e promovem o estado de tensão, resultando em uma excitação

tanto hormonal quanto emocional, o que leva a um processo de adaptação patológica. Essa situação se transformou em um dos mais comuns desafios de saúde no mundo (Barbosa, 2023).

Com isso, a saúde mental dos universitários tem se tornado um tema cada vez mais discutido nas últimas décadas, especialmente diante do aumento dos casos de TMC nesse público. O ambiente acadêmico, embora propicie crescimento intelectual e social, também impõe uma série de pressões, como sobrecarga de estudos, cobranças familiares, incertezas profissionais e dificuldades financeiras, fatores que podem desencadear ou agravar condições emocionais comprometedoras (Novais; Silva; Barbosa, 2023).

Preparar as instituições de ensino para responder às exigências relacionadas a transtornos mentais, exige um comprometimento com a saúde psicológica dos estudantes. Ao adotar abordagens específicas, as faculdades promovem não apenas um ambiente mais benéfico, mas também otimizam a vivência acadêmica e a realização futura de seus estudantes. Acadêmicos que se sentem amparados e desenvolvem habilidades para lidar com o estresse e as exigências do ambiente universitário tendem a alcançar resultados mais positivos, incluindo um desempenho acadêmico superior (Dias; Ribeiro; Barbosa, 2024).

Para Custódio *et al*. (2025), os cuidados relacionados à saúde mental envolvem a prevenção de doenças, a intervenção precoce e a promoção de hábitos de vida saudáveis. Na literatura, não existe um consenso sobre as melhores estratégias a serem adotadas ou as mais eficazes para o cuidado da saúde mental dos universitários, trata-se de algo particular, do bem-estar do indivíduo. A definição das ações a serem implementadas varia de acordo com o entendimento que se tem acerca da saúde mental dos estudantes em cada instituição de ensino e do projeto pedagógico de cada curso.

Diante dessa situação, os transtornos mentais comuns não constituem apenas um problema individual, mas uma questão de saúde pública e acadêmica. Inclui determinantes e vulnerabilidades e é essencial para o desenvolvimento de políticas e ações efetivas que promovam a saúde mental e o desempenho acadêmico dos estudantes.

## Referências

BARBOSA, H. A.; SILVA, G. B. M.; FERREIRA; R. V. R. Fatores relacionados à autoestima dos universitários da faculdade privada. *Revista Bionorte (On-line),* Montes Claros, 2025.

BARBOSA, H. A. *Estresse no trabalho e fatores associados em profissionais de saúde dos serviços de alta complexidade hospitalar do Norte de Minas Gerais.* Orientadora: Carla Silvana de Oliveira e Silva. 2023. Tese (Doutorado em Ciências da Saúde)- Universidade Estadual de Montes Claros- UNIMONTES, Montes Claros, 2023.

CUSTODIO, C. G. *et al.* Fatores protetores e de risco à saúde mental de estudantes de medicina na perspectiva deles. *Revista Brasileira de Educação Médica,* v. 49, n.3, 2025.

DIAS, A. M. M.; RIBEIRO, E.S.D.; BARBOSA, H. A. Identificação da síndrome de *Burnout* entre os estudantes universitários de faculdades privadas. 2024. *Revista Bionorte (On-line),* Montes Claros, 2025.

FERREIRA, D. G. *et al.* Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes universitários. *Medicina (Ribeirão Preto),* v. 57, n. 4, 2024.

GOMES, C. F. M. *et al.* Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool E Drogas (Edição Em Português),* v. 16, n. 1, p. 1-8, 2020.

GOMES, L. S. S.; AGUIAR, K. G. M.; SILVA, R. S. Transtornos mentais comuns em universitários com jornada de trabalho. *Revista Humanidades e Inovação (Palmas-TO),* v.10, n.14, p. 268-275, 2023.

MACHADO, R. P. *et al.* Fatores de risco para ideação suicida entre universitários atendidos por um serviço de assistência de saúde estudantil. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português),* v. 16, n. 4, p. 23-31, 2020.

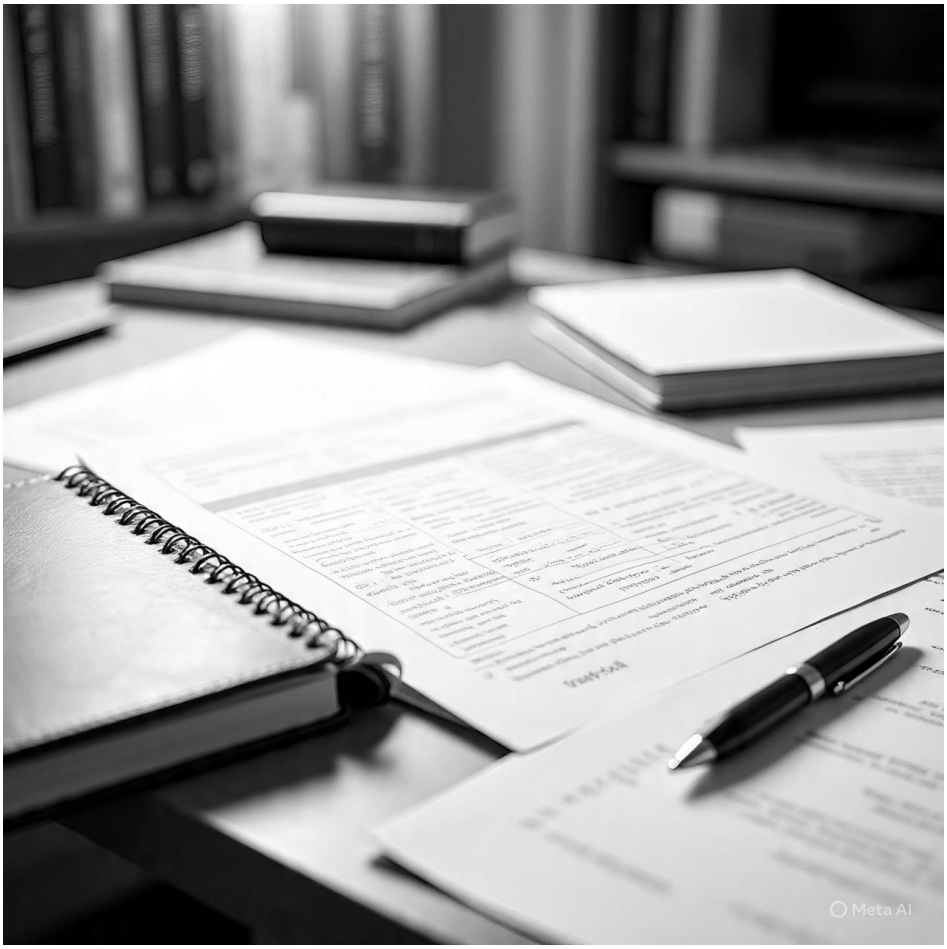
NOVAIS, I.V.; SILVA, R. R.; BARBOSA, H. A. Ideação suicida associada aos transtornos mentais comuns entre universitários de faculdades privadas. *Revista Bionorte (On-line),* Montes Claros, 2025.

**CAPÍTULO II**

# MATERIAIS E MÉTODOS

# ENTRE DADOS E SINTOMAS: ESTRATÉGIAS METODOLÓGICAS PARA ANÁLISES DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS

Henrique Andrade Barbosa
Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-04




**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

Este livro baseia-se em uma série de estudos vinculados a um macroprojeto intitulado “transtornos mentais comuns entre estudantes universitários de instituições de ensino superior privadas”, com abordagem quantitativa, descritiva e de delineamento transversal. A pesquisa quantitativa é descrita como uma abordagem que busca quantificar eventos e produzir resultados objetivos, por meio de dados numéricos e análises estatísticas rigorosas. Essa metodologia é frequentemente usada em estudos que procuram generalizar conclusões para populações maiores, identificando padrões mensuráveis, a partir da utilização de questionários, levantamentos e experimentos para coletar informações. A principal característica é a objetividade e o rigor metodológico, focando em resultados que possam ser replicáveis (Mineiro; Da Silva; Ferreira, 2022).

A pesquisa descritiva permite um estudo que descreve as características de uma população, focando na observação e análise de dados sem manipulá-los, utiliza ferramentas como questionários para verificar situações, sem testar hipóteses de causalidade (Sampaio, 2022). É um delineamento de pesquisa que coleta dados em um único ponto no tempo, permitindo uma análise instantânea das características, comportamentos ou condições de uma amostra específica. Essa abordagem pode ser utilizada para estimar prevalências e servir de parâmetro para identificar possíveis associações entre variáveis em um dado momento (Chiavegato, 2020).

Os estudos buscaram investigar a prevalência e as associações entre transtornos mentais comuns (TMC) e variáveis sociodemográficas entre universitários matriculados em instituições privadas de ensino superior. As pesquisas foram conduzidas na Faculdade de Saúde e Humanidades Ibituruna (FASI) e no Centro Universitário do Norte de Minas (FUNORTE), que somavam, na época do delineamento do projeto, 3.712 discentes. Este grupo foi selecionado por ser representativo do grupo mais afetado por questões relacionadas à saúde mental, permitindo uma análise focada em experiências e desafios enfrentados por esses indivíduos, além de ser um período decisivo para o desenvolvimento acadêmico e social, pode-se observar uma maior necessidade de suporte educacional e emocional.

Para compor as amostras, foi adotada a técnica de amostragem acidental não probabilística, com garantia de representatividade estatística mediante intervalo de confiança de 95% e margem de erro de 5%, para população homogênea, contemplando diferentes cursos e períodos acadêmicos.

Tiveram como critérios de inclusão os estudantes matriculados em cursos de graduação nas faculdades da rede FUNORTE, que estivessem no mínimo no segundo semestre do curso, para garantir que tenham experiência suficiente com a metodologia de ensino, e que concordassem em participar do estudo. E como critérios de exclusão os estudantes que transferiram os estudos para outra instituição, que não frequentam as aulas há mais de um semestre ou que não responderam ao convite para participação.

A coleta de dados foi realizada por meio de formulário estruturado na plataforma *Google Forms*, composto por materiais padronizados. O questionário sociodemográfico identificou os dados de perfil dos acadêmicos, como idade, sexo, estado civil, trabalho, renda, religião, curso e período. Para identificar os TMC foram utilizados instrumentos validados. Todas as escalas foram disponibilizadas com instruções simples sobre como preencher e o que cada escala avalia. O *link* do formulário foi distribuído para todo o público-alvo.

A Escala de Autoestima de Rosenberg foi utilizada para classificar os níveis de autoestima, sendo composta por dez itens com respostas do tipo *likert*. É composta por um conjunto de itens em que o participante manifesta grau de concordância e é uma

ferramenta capaz de classificar a autoestima em três vertentes: nível baixo, o indivíduo expressa pelo sentimento de incompetência, inadequação e incapacidade de enfrentar os desafios; nível médio, ocorre oscilação do indivíduo entre o sentimento de aprovação e rejeição de si; e o nível alto, que consiste no autojulgamento de valor, confiança e competência (Rosenberg, 1965). As dez questões possuem as alternativas: 0- concordo totalmente, 1- concordo, 2- discordo e 3- discordo totalmente. Para as afirmações 2, 5, 6, 8, 9 deve-se somar os pontos e para as afirmações 1, 3, 4, 7 e 10 deve-se inverter a pontuação para a soma. Classifica-se autoestima muito boa de 15 a 25 pontos e os casos de baixa autoestima valores abaixo de 15.

A Escala de Solidão da Universidade da Califórnia, Los Angeles, também do tipo *likert*, avalia o grau de solidão, classificando os escores em três níveis: ausência de solidão, presença moderada e solidão severa (Barroso *et al.,* 2016). Consiste em questões com respostas possíveis como 1- nunca; 2- raramente; 3- algumas vezes; 4- sempre. A soma desses números resulta em um escore, podendo determinar o grau de solidão destes estudantes, sendo definido em 20 ou menos, a solidão não é um problema para si nem um risco para a sua saúde; 25 a 29, sinais de vazio, isolamento e alguns sintomas de mal-estar; para 30 ou mais, solidão com sentimentos de desamparo, elevado risco de doença.

Para identificar sintomas de depressão, ansiedade e estresse, utilizou-se a DASS-21 (*Depression, Anxiety and Stress Scale*). O instrumento possui 21 itens distribuídos em três subescalas, do tipo *likert,* de quatro pontos, sendo 0- não se aplicou de maneira alguma, 1- aplicou-se em algum grau, ou por pouco de tempo, 2- aplicou-se em um grau considerável, ou por uma boa parte do tempo e 3- aplicou-se muito, ou na maioria do tempo (Apostolo; Mendes; Azeredo, 2006). Cada subescala DASS-21 é composta por sete itens que avaliam os estados emocionais, na última semana. Para levantamento dos sintomas de depressão (itens 3, 5, 10, 13, 16, 17, 21), sintomas de ansiedade (itens 2, 4, 7, 9, 15, 19, 20) e para sintomas de estresse (itens 1, 6, 8, 11, 12, 14, 18) simultaneamente.

Os sintomas avaliados na subescala de depressão são inércia, anedonia, disforia, falta de interesse/participação, autodepreciação, desvalorização da vida e desânimo; na ansiedade são excitação do sistema nervoso autônomo, efeitos musculoesqueléticos, ansiedade situacional, experiências subjetivas de ansiedade; e no estresse são a dificuldade para relaxar, excitação nervosa, perturbação fácil, agitação, irritabilidade, reação exagerada e impaciência (Vignola; Tucci, 2014).

A somatória final de cada subescala deve ser obrigatoriamente multiplicada por dois para o cálculo do escore final e aplicação do ponto de corte (Quadro 1).

**Quadro 1**- Classificação dos sintomas mediante escores de Corte da escala DASS-21.

| **Níveis** | **Depressão** | **Ansiedade** | **Estresse** |
|---|---|---|---|
| Normal | 0-9 | 0-7 | 0-14 |
| Mínimo | 10-13 | 8-9 | 15-18 |
| Moderado | 14-20 | 10-14 | 19-25 |
| Grave | 21-27 | 15-19 | 26-33 |
| Muito Grave | 28 ou mais | 20 ou mais | 34 ou mais |

**Fonte:** Vignola; Tucci (2014).

Para avaliação da Síndrome de *Burnout*, utilizou-se o MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory – Student Survey*), com 15 itens organizados em três subescalas: exaustão emocional (5 itens); descrença (4 itens); e, eficácia profissional (6 itens). Todos são avaliados pela frequência, variando de 0- nunca, 1- uma vez ao ano ou menos, 2- uma vez ao mês ou menos, 3- algumas vezes ao mês, 4- uma vez por semana, 5- algumas vezes por semana e 6- todos os dias. Médias elevadas em exaustão emocional e descrença e baixa em eficácia profissional são indicativos de *Burnout* (Lopes; Guimarães, 2016).

A caracterização da Síndrome de *Burnout* está instaurada no sujeito quando o escore na exaustão emocional for igual ou maior que 25 pontos, o escore da despersonalização for igual ou maior que oito pontos e o escore da baixa realização pessoal for igual ou menor que 34 pontos (Lopes; Guimarães, 2016).

Para avaliação da ideação suicida, aplicou-se a escala derivada do mnemônico SAD PERSONS que avalia dez fatores. Para cada elemento selecionado, é somado um ponto e o comportamento é definido com base no escore final. Esta escala permite identificar condições de risco suicida como ser do sexo masculino, ter menos de 19 ou mais de 45 anos, ter diagnóstico de depressão, tentativas anteriores de suicídio, abuso de álcool, distúrbios cognitivos, falta de rede de apoio, plano de suicídio organizado, sem companheiro estável e comorbidades, atribuindo-se 1 ponto por cada resposta afirmativa (Patterson *et al.,* 1983).

**Quadro 2**- Classificação do risco de suicídio mediante itens da escala SAD PERSONS.

| Pontuação | Interpretação |
|---|---|
| 0 - 2 | Sem risco. Acompanhamento ambulatorial. |
| 3 - 4 | Baixo risco. Acompanhamento ambulatorial intensivo, considerar internação psiquiátrica. |
| 5 - 6 | Risco moderado. Se não houver apoio familiar próximo, recomendar hospitalização. |
| 7 - 10 | Alto risco. Internação, perigo de tentativa iminente. |

**Fonte:** Patterson *et al.* (1983).

Os dados da pesquisa foram analisados pelo software SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*), versão 20.0. Para a verificação de possíveis associações entre as variáveis categóricas da pesquisa, empregou-se o teste do qui-quadrado de Pearson ($\chi^2$). Esse teste compara as frequências observadas em uma tabela de contingência com as frequências esperadas entre as variáveis analisadas. A significância estatística foi determinada com base em um valor de $p < 0,05$, adotando-se um intervalo de confiança de 95%.

O projeto inicial foi avaliado pelo Comitê de Ética em Pesquisa e aprovado com parecer n° 7.397.949 em 20 de fevereiro de 2025 e a coleta de dados foi realizada em março de 2025. Os cuidados éticos da pesquisa foram devidamente tomados, sendo fundamentais para proteger os participantes e assegurar a integridade do estudo e sigilo. A pesquisa foi iniciada somente após a obtenção da autorização formal da instituição, por meio da assinatura do termo de concordância da instituição, assegurando o comprometimento com a realização do estudo em ambiente acadêmico. Todos os participantes assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido *on-line*, documento que garante a voluntariedade da participação, bem como o pleno

conhecimento sobre os objetivos, procedimentos, riscos e benefícios envolvidos na pesquisa, em conformidade com os preceitos éticos estabelecidos pela Resolução nº 466/12 do Conselho Nacional de Saúde.

## Referências

APOSTOLO, J. L. A.; MENDES, A. C.; AZEREDO, Z. A. Adaptação para a língua portuguesa da Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS). *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, Ribeirão Preto, v. 14, n. 6, p. 863–871, dez. 2006. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692006000600006&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 15 mar. 2024.

BARROSO, S. M. *et al.* Evidências de validade da Escala Brasileira de Solidão UCLA. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*, v. 1, p. 68–75, mar. 2016.

CHIAVEGATO, L. D.; PADULA, R. S. Estudos transversais. *Manual de pesquisa clínica aplicada à saúde*. São Paulo: [s.n.], 2020. p. 143–146.

LOPES, F. L.; GUIMARÃES, G. S. Estudo da síndrome de *Burnout* em estudantes de Psicologia. *Psicologia Ensino & Formação*, São Paulo, v. 7, n. 1, p. 40–58, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-20612016000100005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 15 mar. 2024.

MINEIRO, M.; ALVES DA SILVA, M. A.; GRACIA FERREIRA, L. Pesquisa qualitativa e quantitativa: imbricação de múltiplos e complexos fatores das abordagens investigativas. *Momento – Diálogos em Educação*, [S. l.], v. 31, n. 3, p. 201–218, 2022. DOI: https://doi.org/10.14295/momento.v31i03.14538. Disponível em: https://periodicos.furg.br/momento/article/view/14538. Acesso em: 5 ago. 2025.

PATTERSON, W. M. *et al.* Evaluation of suicidal patients: the SAD PERSONS scale. *Psychosomatics*, v. 24, n. 4, p. 343–345, abr. 1983. DOI: https://doi.org/10.1016/S0033-3182(83)73213-5.

ROSENBERG, M. *Society and the adolescent self-image*. Princeton: Princeton University Press, 1965.

SAMPAIO, T. B. *Metodologia da pesquisa* [recurso eletrônico]. 1. ed. Santa Maria, RS: UFSM, CTE, UAB, 2022. 1 e-book. (Gestão em organização pública em saúde). ISBN 978-65-88403-57-0.

VIGNOLA, R. C. B.; TUCCI, A. M. Adaptation and validation of the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS) to Brazilian Portuguese. *Journal of Affective Disorders*, v. 155, p. 104–109, 2014. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24238871/. Acesso em: 15 fev. 2024.

**CAPÍTULO III**

# RESULTADOS

# PANORAMA DOS TRANSTORNOS MENTAIS COMUNS: UM RETRATO DE UNIVERSITÁRIOS EM ALERTA

Henrique Andrade Barbosa
Marly dos Santos Guimarães Pereira
Anna Paula Santos Freire
Suelen Santos Ferreira
Giselle Cristina Magalhães Santos
Welberth Leandro Rabelo Pinto
José Elson Amaral dos Santos
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-05

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

A amostra foi composta por 265 estudantes de instituições de ensino superior privadas do município de Montes Claros, Minas Gerais. A média de idade foi de 24,39 anos [Desvio Padrão ± 5,93]. Na Tabela 1, está evidenciada que, a maioria dos participantes tinham entre 18 e 25 anos (75,5%), eram do sexo feminino (81,5%), sem companheiro (85,3%), com renda mensal de até um salário-mínimo (69,4%), matriculada nos períodos intermediários, isto é, entre o 4º e o 8º semestre do curso (37,0%) com trabalho formal (52,5%) e vinculada a uma religião (91,3%).

**Tabela 1 –** Perfil dos universitários das faculdades privadas no estudo (N = 265).

| Variáveis | Categoria | n | % |
|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | 18 a 25 anos | 200 | 75,5 |
| | 26 anos ou mais | 65 | 24,5 |
| **Sexo/gênero** | Feminino | 216 | 81,5 |
| | Masculino | 48 | 18,1 |
| | Outro | 1 | 0,4 |
| **Situação conjugal** | Sem companheiro(a) | 226 | 85,3 |
| | Com companheiro(a) | 39 | 14,7 |
| **Renda** | Até 1 salário-mínimo | 184 | 69,4 |
| | Mais de 1 salário-mínimo | 81 | 30,6 |
| **Períodos do curso** | Iniciais | 87 | 32,8 |
| | Intermediários | 98 | 37,0 |
| | Finais | 80 | 30,2 |
| **Trabalha?** | Sim | 139 | 52,5 |
| | Não | 93 | 35,1 |
| | Eventualmente | 33 | 12,5 |
| **Possui religião?** | Não | 23 | 8,7 |
| | Sim | 242 | 91,3 |
| **Total** | — | **265** | **100,0** |

**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

Os resultados descritivos, deste estudo, são semelhantes a outras pesquisas desenvolvidas com estudantes de instituições de ensino superior privadas de outras regiões brasileiras. Uma investigação com 862 acadêmicos de uma faculdade localizada no centro-oeste brasileiro identificou o perfil de (69,4%) de jovens, (80,7%) de mulheres e (86,1%) declararam ter religião (Shimada *et al.,* 2024). Outro levantamento, realizado com 204 universitários da região sul do Brasil, teve média de idade de 21,10 anos [Desvio Padrão ± 3,33], (98,5%) sem companheiro, (44,6%) com baixa renda (Lima *et al.,* 2025).

Observa-se, na Tabela 2, que a maior adesão, à pesquisa, foi de estudantes dos cursos da área da saúde 228(86,0%), sendo que, acadêmicos do curso de

graduação em enfermagem demonstrou maior interesse em participar 23,0%), seguidos de medicina (14,7%), psicologia (12,8%) e odontologia (11,7%).

**Tabela 2 -** Distribuição dos universitários por curso em que estão matriculados (N = 265).

| Cursos | n | % |
|---|---|---|
| **Arquitetura e Urbanismo** | 3 | 1,1 |
| **Biomedicina** | 10 | 3,8 |
| **Direito** | 31 | 11,7 |
| **Educação Física** | 3 | 1,1 |
| **Enfermagem** | 61 | 23,0 |
| **Engenharia Civil** | 2 | 0,8 |
| **Engenharia Mecânica** | 1 | 0,4 |
| **Farmácia** | 6 | 2,3 |
| **Fisioterapia** | 13 | 4,9 |
| **Fonoaudiologia** | 6 | 2,3 |
| **Medicina Veterinária** | 10 | 3,8 |
| **Medicina** | 39 | 14,7 |
| **Nutrição** | 15 | 5,7 |
| **Odontologia** | 31 | 11,7 |
| **Psicologia** | 34 | 12,8 |
| **Total** | **265** | **100,0** |

**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

Alguns estudos com universitários dos cursos da área da saúde têm sido desenvolvidos, demonstrando preocupação com essa população que apresenta fatores predisponentes ao desenvolvimento dos transtornos mentais comuns e com graves probabilidades de consequências danosas à saúde física. Na pesquisa de Lima *et al.* (2025), participaram estudantes dos cursos de medicina (36,8%), seguidos por odontologia (19,6%), Farmácia e Enfermagem, ambas com (15,2%) e educação física (13,2%). Já no estudo de Santos *et al.* (2024), com 396 estudantes universitários, distribuídos nos cursos de Enfermagem (12,9%), Psicologia (26,5%) e Medicina (32,1%) tiveram maior adesão.

## Referências

LIMA, H. R. *et al.* Correlação Entre Qualidade de Vida e Transtornos Mentais Comuns em Estudantes da Área da Saúde. *Saúde Coletiva (Barueri)***,** v. 15, n. 93, p. 14670-14689, 2025.

SANTOS, A.C. *et al.* Associação entre afetos positivos e negativos, autoestima e transtornos mentais comuns em estudantes universitários: Saúde mental de universitários. *Psicologia Argumento,* v. 42, n. 119, 2024.

SHIMADA, S. S. *et al.* Prevalência de transtornos mentais comuns e fatores associados em estudantes universitários. *Medicina (Ribeirão Preto)*, v. 57, n. 4, 2024.

**CAPÍTULO IV**

# SINTOMAS DEPRESSIVOS DE UM SOFRIMENTO EMOCIONAL INVISÍVEL DOS UNIVERSITÁRIOS

Roberta Amaral Kroger
Salete da Cruz Sousa
Jéssica Luz de Castro
Luiza Brito Alkmim
Carlos William Pereira dos Santos
Izabella Soares Gomes
Ellen Roberta Reis Oliveira
Jânia Lurdes Pires Samúdio
José Elson Amaral dos Santos
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-06

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

A depressão é um transtorno mental comum, caracterizado por um conjunto de sintomas afetivos, cognitivos, comportamentais e somáticos que resultam em prejuízo significativo do funcionamento social, acadêmico ou ocupacional do indivíduo. Clinicamente, manifesta-se por humor deprimido, perda de interesse ou prazer nas atividades cotidianas, fadiga, sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva, dificuldades de concentração, alterações no sono e no apetite, podendo incluir pensamentos suicidas. O diagnóstico é estabelecido quando, por pelo menos duas semanas consecutivas, o indivíduo apresenta cinco ou mais sintomas característicos (APA, 2014).

Esse TMC pode variar em intensidade e duração, sendo considerado um importante problema de saúde pública devido à sua alta prevalência e impacto na qualidade de vida. Pode manifestar-se em qualquer fase da vida, embora a sua prevalência seja mais acentuada entre jovens adultos, especialmente na faixa etária dos 18 aos 29 anos. Entre universitários, esse transtorno tem se mostrado crescente, frequentemente relacionado a fatores como sobrecarga acadêmica, incertezas profissionais, isolamento social e vulnerabilidades emocionais (APA, 2014; WHO, 2023).

Estima-se que aproximadamente 280 milhões de pessoas no mundo apresentem quadro de transtorno depressivo. Trata-se de um agravo com alta prevalência global e impacto significativo na qualidade de vida dos indivíduos acometidos. Observa-se ainda uma disparidade de gênero importante, sendo o transtorno depressivo cerca de 50% mais frequente entre mulheres do que entre homens (WHO, 2023).

Nesse contexto, o ambiente universitário mostra-se particularmente sensível ao surgimento de transtornos do humor. Diversos fatores contribuem para esse cenário de risco entre estudantes universitários, como mudanças abruptas na rotina, afastamento do convívio familiar, pressões associadas ao desempenho acadêmico e incertezas quanto à inserção no mercado de trabalho. Essas demandas configuram uma fase potencialmente estressante, frequentemente associada à sobrecarga emocional e ao aumento da vulnerabilidade psíquica (Oliveira; Barroso, 2020).

Apesar da relevância do tema, muitos estudantes que sofrem com sintomas depressivos não procuram apoio por conta dos estigmas, falta de informação ou acesso limitado a serviços de saúde mental, o que pode agravar o quadro clínico e comprometer ainda mais a sua qualidade de vida (Oliveira *et al.,* 2025).

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo investigar os níveis de sintomas depressivos entre estudantes universitários de instituições privadas, analisando as possíveis associações com variáveis sociodemográficas.

## Resultados

Para fins analíticos, os dados sobre sintomas depressivos foram dicotomizados em duas categorias: com depressão (incluindo os níveis leve, moderado, grave e extremamente grave) e sem depressão (ausência de sintomas significativos), conforme os escores obtidos no instrumento DASS-21 (Tabela 3).

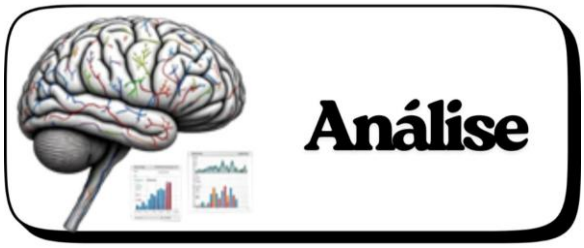



**Tabela 3 -** Perfil sociodemográfico e associação com a presença de sinais clínicos de depressão nos estudantes (N = 265).

| Variável | Categoria | Sem Depressão n (%) | Com Depressão n (%) | Total (n) | p-valor |
|---|---|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | **18 a 25 anos** | 69 (34,5%) | 131 (65,5%) | 200 | 0,212 |
| | **26 ou mais** | 17 (26,2%) | 48 (73,8%) | 65 | |
| **Sexo/Gênero** | **Feminino** | 65 (30,1%) | 151 (69.9%) | 216 | 0,044 |
| | **Masculino** | 20 (41,7%) | 28 (58,3%) | 48 | |
| | **Outro** | 1 (100%) | 0 (0,0) | 1 | |
| **Situação conjugal*** | **SC** | 70 (31,0%) | 156 (69,0%) | 226 | 0,216 |
| | **CC** | 16 (41,0%) | 23 (59,0%) | 39 | |
| **Renda** | **≤ 1 SM**** | 59 (32,1%) | 125 (67,9%) | 184 | 0,041 |
| | **> 1 SM** | 27 (33,3%) | 54 (66,7%) | 81 | |
| **Períodos do curso** | **Iniciais** | 31 (35,6%) | 56 (64,4%) | 87 | 0,637 |
| | **Intermediários** | 32 (32,7%) | 66 (67,3%) | 98 | |
| | **Finais** | 23 (28,7%) | 57 (71,2%) | 80 | |
| **Trabalha?** | **Sim** | 43 (30,9%) | 96 (69,1%) | 139 | 0,739 |
| | **Não** | 33 (35,5%) | 60 (64,5%) | 93 | |
| | **Eventualmente** | 10 (30,3%) | 23 (69,7%) | 33 | |
| **Possui religião?** | **Sim** | 79 (32,6%) | 163 (67,4%) | 242 | 0,047 |
| | **Não** | 7 (30,4%) | 16 (69,6%) | 23 | |
| **Total** | | **86 (32,5%)** | **179 (67,5%)** | **265** | |

* SC = sem companheiro; CC = com companheiro
** SM = salário-mínimo
**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

A análise do perfil sociodemográfico dos estudantes revelou que 67,5% dos participantes apresentaram algum grau de sintoma depressivo. Desses, a maioria era do sexo feminino (69,9%), solteira (69,0%), com idade entre 18 e 25 anos (65,5%) e com renda de até um salário-mínimo (67,9%). A variável "renda" foi a única que apresentou associação estatisticamente significativa com a presença de sintomas depressivos (p =

0,041), indicando maior prevalência de depressão entre os estudantes de menor poder aquisitivo. Embora o sexo/gênero (p = 0,044) e a variável religião (p = 0,047) tenham apresentado valores próximos do nível de significância estatística (considerando α = 0,05), os demais fatores como faixa etária, situação conjugal, período do curso e situação de trabalho não demonstraram associação significativa com a presença de sintomas depressivos.

Observou-se uma predominância de estudantes dos períodos intermediários dos cursos, sendo a maior parte vinculada aos cursos da área da saúde. A análise da prevalência de sintomas depressivos entre os diferentes cursos revelou variações significativas, embora a desigualdade no tamanho das amostras por curso limite comparações diretas. Observou-se maior frequência de sintomas em cursos como Farmácia (83,3%), Fisioterapia (84,6%), Odontologia (80,6%) e Medicina Veterinária (80,0%), Medicina (51,3%) e Enfermagem (59,0%). Embora cursos como Arquitetura e Urbanismo (100%) e Engenharia Mecânica (100%) apresentem a maior proporção de estudantes com sintomas depressivos, os tamanhos amostrais reduzidos desses cursos limitam a possibilidade de generalizações.

Com base nos resultados obtidos por meio do instrumento DASS-21, observou-se que 67,5% dos participantes apresentaram algum nível de sintoma depressivo. Desses, 13,2% foram classificados com depressão leve, 25,7% com depressão moderada, 14,3% com depressão grave e 14,3% com depressão extremamente grave. Apenas 32,5% dos estudantes não apresentaram sintomas significativos.

**Discussão**

Os dados deste estudo revelam uma alta prevalência de sintomas depressivos entre estudantes universitários de instituições privadas, com 67,5% da amostra apresentando algum grau de depressão. A maioria foi classificada com sintomas moderados (38%), seguida por níveis grave e extremamente grave (21,2%). Essa elevada prevalência é compatível com os achados de Santos *et al*. (2021), em pesquisa realizada com universitários de uma instituição privada de Brasília (DF), também envolvendo diferentes áreas do conhecimento, como Ciências da Saúde, Exatas e Humanas. Os autores atribuíram a alta frequência de sintomas depressivos às múltiplas pressões emocionais e acadêmicas vivenciadas pelos estudantes.

Embora a maior proporção de casos de depressão tenha ocorrido entre os estudantes com idade entre 18 e 25 anos (65,5%), a análise estatística não indicou associação significativa entre faixa etária e sintomas depressivos (p = 1,559). Ainda assim, essa faixa etária concentra o maior número de estudantes universitários no Brasil e coincide com um período de intensas transformações e desafios, o que pode explicar sua maior vulnerabilidade emocional.

No que se refere ao sexo, 69,9% das mulheres da amostra apresentaram sintomas depressivos, em comparação com 58,3% dos homens. Ainda que a diferença não tenha sido estatisticamente significativa (p = 4,489), observa-se uma tendência já identificada na literatura, de maior prevalência de transtornos mentais entre mulheres (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020; Martins *et al*., 2019). Essa predominância pode estar relacionada a fatores biológicos, sociais e à maior disposição feminina em relatar e expressar sofrimento psíquico. Além disso, 81,5% dos participantes da pesquisa eram do sexo feminino, o que também pode ter influenciado esses resultados. A maior

representatividade feminina no ensino superior brasileiro é confirmada por dados recentes do INEP (2024).

Em relação à situação conjugal, estudantes sem companheiro(a) apresentaram maior prevalência de sintomas depressivos (69,0%), quando comparados aos que possuíam companheiro(a) (59,0%), embora essa diferença também não tenha sido estatisticamente significativa (p = 1,533). Esse achado reforça o papel do suporte emocional como fator protetivo à saúde mental (Barbosa; Asfora; Moura, 2020).

Ao analisar a renda mensal, observou-se que 67,9% dos estudantes com renda de até um salário-mínimo apresentaram sintomas depressivos, frente a 66,7% entre aqueles com renda superior. Apesar da diferença ser pequena, a análise revelou associação estatisticamente significativa (p = 0,041), sugerindo que condições socioeconômicas mais vulneráveis podem estar relacionadas a maior risco de depressão. Santos *et al.* (2021) também apontam que famílias em situação de vulnerabilidade econômica tendem a apresentar maior prevalência de transtornos mentais, reforçando a importância do contexto social na compreensão da saúde mental.

No que diz respeito à fase do curso, a distribuição dos sintomas depressivos foi relativamente equilibrada: 64,4% nos períodos iniciais, 67,3% nos intermediários e 71,2% nos finais, sem associação estatisticamente significativa (p = 0,903). Isso indica que o sofrimento emocional pode estar presente ao longo de toda a trajetória acadêmica, corroborando estudos anteriores que não identificaram diferenças relevantes entre ingressantes e concluintes quanto à sintomatologia depressiva (Jardim; Castro; Ferreira-Rodrigues, 2020).

Em relação à atividade laboral, não houve associação significativa entre trabalhar ou não e a presença de sintomas depressivos (p = 0,605). A prevalência foi ligeiramente maior entre aqueles que trabalham eventualmente (69,7%) e menor entre os que não trabalham (64,5%). Embora o trabalho possa oferecer autonomia e experiência, também pode representar uma sobrecarga, especialmente quando conciliado com as demandas acadêmicas.

Quanto à religiosidade, 67,4% dos estudantes que declararam ter religião apresentaram sintomas depressivos, frente a 69,6% entre os que não possuem religião. Apesar da diferença mínima, houve associação significativa (p = 0,047), o que indica que a presença de uma crença religiosa pode exercer um papel moderador importante na saúde mental, ainda que de forma discreta.

Além das variáveis investigadas, é relevante considerar fatores contextuais que, embora não tenham sido abordados diretamente neste estudo, podem influenciar os níveis de sofrimento psíquico. O uso excessivo das mídias sociais, por exemplo, tem sido apontado como fator associado ao aumento de sintomas depressivos e ansiosos, tanto em modalidades de uso ativo quanto passivo (Godoi de Paula *et al*., 2023). A inflexibilidade psicológica também se destaca como um importante preditor de sofrimento emocional, especialmente entre estudantes que não desenvolveram habilidades emocionais adequadas para lidar com frustrações e adversidades (Zancan *et al.,* 2021).

Adicionalmente, os cursos da área da saúde, como Farmácia, Medicina Veterinária, Psicologia e Odontologia, apresentaram maior proporção de estudantes com sintomas depressivos. Esse dado está em consonância com a literatura, que aponta maior exposição desses estudantes a sobrecargas emocionais, exigências práticas intensas e expectativas elevadas (Barbosa; Asfora; Moura, 2020).

## Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5*. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BARBOSA, L. N. F.; ASFORA, G. C. A.; MOURA, M. C. Ansiedade, depressão e uso de substâncias psicoativas em jovens universitários. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, Ribeirão Preto, v. 16, n. 1, p. 1–8, 2020. Disponível em: https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2020.155334. Acesso em: 03 jun. 2025.

GODOI DE PAULA, L. *et al.* Análise da dependência do uso de smartphone em comparação à dor, sono, ansiedade e depressão em universitários. *Fisioterapia em Movimento* [Internet], v. 36, 2023. Disponível em: https://www.scielo.br/j/fm/a/YrF9PwkhzXjM4mnJHhHsJ8G/?lang=pt. Acesso em: 12 jun. 2025.

INSTITUTO NACIONAL DE ESTUDOS E PESQUISAS EDUCACIONAIS ANÍSIO TEIXEIRA (INEP). *Mulheres representam 59% das matrículas na educação superior* [Internet]. Brasília, DF: INEP, 2024. Disponível em: https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/institucional/mulheres-representam-59-das-matriculas-na-educacao-superior. Acesso em: 12 jun. 2025.

JARDIM, M. G.; CASTRO, T. S.; FERREIRA-RODRIGUES, C. F. Sintomatologia depressiva, estresse e ansiedade em universitários. *Psico-USF*, Itatiba, v. 25, n. 4, p. 645–657, out./dez. 2020. Disponível em: http://dx.doi.org/10.1590/1413/82712020250405. Acesso em: 07 jun. 2025.

MARTINS, B. G. *et al.* Escala de depressão, ansiedade e estresse: propriedades psicométricas e prevalência das afetividades. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria* [Internet], v. 68, n. 1, p. 32–38, 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/SZ4xmWDdkxwzPbSYJfdyV5c/?lang=pt. Acesso em: 12 jun. 2025.

OLIVEIRA, Í. C. *et al.* Fatores associados à depressão em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, São José dos Pinhais, v. 18, n. 2, p. 1–9, 2025. Disponível em: https://ojs.revistacontribuciones.com/ojs/index.php/clcs/article/view/15183/8858. Acesso em: 1 jul. 2025.

OLIVEIRA, N. R.; BARROSO, S. M. Solidão, depressão e suporte social em estudantes de Psicologia. *Trab En (cena)* [Internet], v. 5, n. 1, 2020 jun. Disponível em: https://sistemas.uft.edu.br/periodicos/index.php/encena/article/view/7446. Acesso em: 12 jun. 2025.

SANTOS, L. B. *et al.* Prevalência, gravidade e fatores associados à depressão em estudantes universitários. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, Ribeirão Preto, v. 17, n. 1, p. 92–100, jan./mar. 2021. Disponível em:

https://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2021.167804. Acesso em: 03 jun. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. *Depression* [Internet]. Geneva: World Health Organization; 2023 [cited 2025 Apr 28]. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression

ZANCAN, R. K. *et al.* Estresse, ansiedade, depressão e inflexibilidade psicológica em estudantes universitários de graduação e pós-graduação. *Estudos e Pesquisas em Psicologia* [Internet], v. 21, n. 2, p. 749–767, 2021. Disponível em: https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=451870599020. Acesso em: 13 jun. 2025.

**CAPÍTULO V**

# RESSONÂNCIAS DO SILÊNCIO DOS SINTOMAS DE ANSIEDADE EM ACADÊMICOS

Giovana Azevedo Souza
Maria Eduarda Brito Mayrink
Jéssica Luz de Castro
Luiza Brito Alkmim
Jânia Lurdes Pires Samúdio
Bruna Rafaela Cruz Barbosa
José Elson Amaral dos Santos
Aline Gonçalves de Amorim
Farley Sindeaux Ribeiro
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-07

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

A ansiedade é uma resposta natural que auxilia na sobrevivência para preparar o indivíduo a enfrentar as diversidades. Porém, quando esse sentimento se intensifica e causa desequilíbrio emocional, pode se tornar um transtorno. A ansiedade é considerada como um dos males do século XXI, afetando em diversos aspectos do ser humano. Todavia, quando essas reações se tornam excessivas ou fora de contexto, podem interferir na vida diária e levar ao sofrimento físico e emocional (Da Fonseca, 2023).

A ansiedade é um estado que afeta uma parte significativa da população, sendo por isso, um dos distúrbios mais comuns e alarmantes do cenário atual da saúde. Os sinais relacionados à ansiedade envolvem sensação de apreensão, desconforto, preocupação persistente, dores físicas, entre outros (WHO, 2023). A ansiedade é um fenômeno psicológico comum nas universidades, afetando muitos estudantes devido às exigências acadêmicas e à frustração entre expectativas e realidade no início da graduação. Essas sensações não devem ser ignoradas, pois impactam negativamente a qualidade de vida e a saúde mental, sendo causadas por diversos fatores (Triguiro *et al*., 2021).

Diante desse cenário, o presente estudo tem como objetivo investigar os níveis de sintomas ansiosos entre estudantes universitários de instituições privadas, analisando suas possíveis associações com variáveis sociodemográficas.

## Resultados

Os resultados revelam que uma parcela significativa dos universitários apresenta níveis elevados de ansiedade. Do total de 265 participantes, apenas 28,3% foram classificados dentro da normalidade. Em contrapartida, 190 (71,7%) demonstraram algum grau de ansiedade, sendo que os níveis mais intensos, grave (11,3%) e extremamente grave (30,6%), somam 41,9% dos casos. Outros 23,8% apresentaram ansiedade moderada e 6% relataram ansiedade leve. Esses dados evidenciam uma predominância significativa de sintomas ansiosos entre os participantes da amostra.

Em diversos cursos, a totalidade dos alunos apresentou sintomas ansiosos, como em Arquitetura e Urbanismo, Biomedicina, Educação Física e Engenharia Mecânica (100%). Cursos como Fisioterapia (84,6%), Direito (80,6%), Medicina Veterinária (80,0%), Odontologia (77,4%) e Enfermagem (72,1%) também apresentaram proporções elevadas de estudantes com ansiedade. Em contrapartida, os cursos de Nutrição (46,7%), Medicina (64,1%) e Psicologia (61,8%) apresentaram percentuais relativamente mais baixos, ainda que significativos. Apenas os cursos de Nutrição (53,3%), Medicina (35,9%) e Psicologia (38,2%) concentraram maior proporção de alunos sem ansiedade em comparação aos demais.

Ao dicotomizar os dados da escala DASS-21, os estudantes foram classificados em dois grupos: com ansiedade e sem ansiedade (Tabela 4).

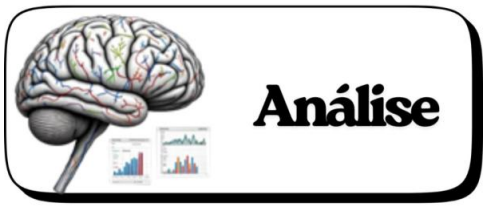



**Tabela 4** - Perfil sociodemográfico e associação com a presença de sinais clínicos de ansiedade nos estudantes (N = 265).

| Variável | Categoria | Sem Ansiedade n (%) | Com Ansiedade n (%) | Total (n) | p-valor |
|---|---|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | **18 a 25 anos** | 56 (28,0%) | 144 (72,0%) | 200 | 0,848 |
| | **26 ou mais** | 19 (29,2%) | 46 (70,8%) | 65 | |
| **Sexo/Gênero** | **Feminino** | 53 (24,5%) | 163 (75,5%) | 216 | 0,010 |
| | **Masculino** | 22 (45,8%) | 26 (54,2%) | 48 | |
| | **Outro** | 0 | 1 (100%) | 1 | |
| **Situação conjugal*** | **SC** | 63 (27,9%) | 163 (72,1%) | 226 | 0,137 |
| | **CC** | 12 (30,8%) | 27 (69,2%) | 39 | |
| **Renda**** | **≤ 1 SM** | 54 (29,3%) | 130 (70,7%) | 184 | 0,569 |
| | **> 1 SM** | 21 (25,9%) | 60 (74,1%) | 81 | |
| **Períodos do curso** | **Iniciais** | 25 (28,7%) | 62 (71,3%) | 87 | 0,037 |
| | **Intermediários** | 28 (28,6%) | 70 (71,4%) | 98 | |
| | **Finais** | 22 (27,5%) | 58 (72,5%) | 80 | |
| **Trabalha?** | **Sim** | 40 (28,8%) | 99 (71,2%) | 139 | 0,437 |
| | **Não** | 23 (24,7%) | 70 (75,3%) | 93 | |
| | **Eventualmente** | 12 (36,4%) | 21 (63,6%) | 33 | |
| **Possui religião?** | **Sim** | 66 (27,3%) | 176 (72,7%) | 242 | 0,228 |
| | **Não** | 9 (39,1%) | 14 (60,9%) | 23 | |
| **Total** | | **75 (28,3%)** | **190 (71,7%)** | **265** | |

* SC = sem companheiro; CC = com companheiro
** SM = salário-mínimo
**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

Observou-se que a maioria dos casos com sintomas ansiosos pertencia ao sexo feminino (75,5%). A faixa etária predominante entre os participantes com ansiedade foi de 18 a 25 anos (72,0%), o que reflete a fase de transição e adaptação típica da juventude, marcada por desafios acadêmicos, sociais e profissionais. Essa associação entre faixa etária e ansiedade apresentou significância estatística (p=0,037), reforçando a vulnerabilidade dos jovens universitários a esse transtorno.

No que se refere ao período do curso, observou-se distribuição relativamente uniforme dos sintomas de ansiedade entre os estudantes dos períodos iniciais (71,3%), intermediários (71,4%) e finais (72,5%). Embora a diferença entre os grupos seja pequena, a associação foi estatisticamente significativa (p=0,037), o que pode sugerir que, independentemente da etapa do curso, os fatores estressores acadêmicos se mantêm constantes ou se reconfiguram com o avanço da formação.

A renda mensal familiar, o vínculo empregatício e a presença de uma religião não demonstraram associação estatisticamente significativa com a presença de sintomas ansiosos. Contudo, é importante destacar que estudantes com renda inferior ou igual a um salário-mínimo representaram 68,4% dos casos de ansiedade, o que pode apontar uma tendência de maior sofrimento psíquico entre aqueles com menor poder aquisitivo.

A situação conjugal também não apresentou associação estatisticamente significativa (p=0,137), embora a maior proporção de casos ansiosos tenha sido observada entre os estudantes sem companheiro(a) (72,1%). Isso pode refletir a menor presença de redes de apoio emocional nesses casos.

## Discussão

A amostra do presente estudo foi composta predominantemente por participantes do sexo/gênero feminino (81,5%), dado que converge com achados de pesquisas anteriores, cujas proporções variaram entre 65,9% e 81,0% (Leão *et al.,* 2018; Melo *et al.,* 2022; Trigueiro, 2020; Freitas *et al.,* 2023). Em relação à situação conjugal, 85,3% dos respondentes declararam-se sem companheiro(a), e 75,4% pertenciam à faixa etária de até 25 anos, características demográficas que também se alinham com os perfis observados em outros estudos sobre a saúde mental de universitários.

No que se refere à presença de sintomas de ansiedade, observou-se que 71,7% dos estudantes apresentaram algum grau do transtorno, percentual semelhante ao identificado em pesquisas com estudantes de instituições privadas do Paraná (59,5%) e do Ceará (69,5%), onde a maioria também relatou sintomas de ansiedade variando de leve a grave (Melo *et al.,* 2022; Trigueiro, 2020). Destaca-se ainda que 35,1% dos participantes apresentaram níveis mais elevados do transtorno (moderado a extremamente grave), corroborando resultados prévios que apontam prevalências semelhantes: 31,5%, 37,8% e 44,8% (Leão *et al.,* 2018; Freitas *et al.,* 2023; Melo *et al.,* 2022).

A análise da associação entre variáveis sociodemográficas e sintomas ansiosos revelou que 75,5% dos participantes do sexo/gênero feminino apresentaram algum grau de ansiedade, enquanto entre os homens esse percentual foi de 54,2%. Esse achado reforça a tendência já descrita na literatura, segundo a qual mulheres apresentam maior prevalência de sintomas ansiosos (Bernardelli *et al.,* 2022; Trigueiro *et al.,* 2020). Essa maior suscetibilidade pode ser atribuída a múltiplos fatores, como aspectos biológicos e determinantes socioculturais que impõem às mulheres maiores exigências quanto à sua inserção social e desempenho em múltiplos papéis. Tal contexto pode resultar em uma sobrecarga emocional significativa, especialmente quando associado à vivência de uma dupla jornada, que concilia atividades acadêmicas, laborais e domésticas, contribuindo assim para o agravamento de quadros ansiosos.

A situação conjugal também se apresentou como uma variável relevante. A maior parte dos estudantes sem companheiro(a) (72,1%) relatou sintomas de ansiedade, reforçando evidências de que a ausência de vínculos afetivos estáveis pode contribuir para o sofrimento emocional nesse público. Outros estudos reportaram achados

semelhantes: Trigueiro *et al.* (2020) identificaram que 92,0% dos universitários solteiros apresentaram sintomas ansiosos; Leão *et al.* (2018) observaram prevalência de 66,7% entre estudantes solteiros; e Melo *et al.* (2022) indicaram que 85,3% dos universitários não mantinham um relacionamento estável. Esses dados sugerem que o suporte emocional oriundo de relações afetivas pode atuar como fator protetivo frente ao desenvolvimento de transtornos mentais comuns.

No que se refere à fase do curso, os resultados não indicaram variações significativas entre os períodos iniciais (71,3%), intermediários (71,4%) e finais (72,5%), sendo os índices relativamente estáveis. Esses dados contrastam com achados de Bernardelli *et al*. (2022), que observaram um aumento progressivo na prevalência de ansiedade ao longo do curso, passando de 40% nos períodos iniciais para 50% nos períodos finais. Outros autores também identificaram maior frequência de sintomas ansiosos nos estudantes dos últimos semestres, o que foi atribuído a fatores como a iminência da conclusão do curso, a pressão pela inserção no mercado de trabalho e a sobrecarga de demandas acadêmicas (Trigueiro *et al.,* 2020). A ausência dessa tendência progressiva na presente amostra pode estar relacionada a características específicas do contexto estudado, como o suporte institucional ou a distribuição da carga curricular.

Ainda que o estudo tenha identificado importantes associações entre variáveis sociodemográficas e a presença de sintomas ansiosos, é importante destacar algumas limitações. Por tratar-se de uma pesquisa quantitativa, descritiva e de corte transversal, não é possível estabelecer relações causais entre as variáveis. Além disso, deve-se considerar o possível viés de informação decorrente da autodeclaração sobre questões sensíveis, o que pode ter levado alguns participantes a fornecerem respostas socialmente desejáveis.

## Referências

BERNARDELLI, L. D. A. *et al.* A ansiedade no meio universitário e sua relação com as habilidades sociais. *Avaliação: Revista da Avaliação da Educação Superior (Campinas)*, v. 27, n. 1, p. 49–67, jan. 2022. Disponível em: https://www.scielo.br/j/aval/a/c6Th7LNHGQHHM8V37KmJVZx/?format=html&lang=pt#. Acesso em: 24 set. 2024.

DA FONSECA, P. A. R. Transtorno de ansiedade: uma revisão bibliográfica sobre o mal do século XXI. *Revista Contemporânea*, v. 3, n. 8, p. 12669-12677, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.56083/RCV3N8-150. Acesso em: 02 nov. 2024.

FREITAS, A. R. *et al.* Symptoms of depression, anxiety and stress in health students and impact on quality of life. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*, v. 31, e3885, 2023. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1518-8345.6315.3885. Acesso em: 01 out. 2024.

LEÃO, A. M. *et al.* Prevalência e fatores associados à depressão e ansiedade entre estudantes universitários da área da saúde de um grande centro urbano do Nordeste do Brasil. *Revista Brasileira de Educação Médica*, v. 42, n. 4, p. 55-65, 2018.

MELO, H. *et al.* Indicativos de ansiedade, estresse e depressão em professores e estudantes no contexto da pandemia. *Revista PsicoFAE: Pluralidades em Saúde Mental*, v. 11, n. 1, p. 95-104, 2022.

TRIGUEIRO, D. M. *et al.* Saúde mental em estudantes universitários: elementos para o debate. *Revista Interfaces: Saúde, Humanas e Tecnologia*, v. 9, n. 1, p. 871–881, 2020. DOI: 10.16891/866. Disponível em: https://interfaces.unileao.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/866. Acesso em: 21 set. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Anxiety disorders. 2023. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders. Acesso em: 19 set. 2024.

**CAPÍTULO VI**

# SOB PRESSÃO DE CARGAS INVISÍVEIS NA GERAÇÃO DE SINTOMAS DE ESTRESSE ACADÊMICO

Francielly Ferreira de Macedo
Gabriella Adriane Soares Pereira
Jéssica Luz de Castro
Luiza Brito Alkmim
Jânia Lurdes Pires Samúdio
José Elson Amaral dos Santos
Aldair Almeida Batista
Farley Sindeaux Ribeiro
Luana Guimarães de Souza
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-08

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

O estresse é um fenômeno amplamente presente nas atividades do cotidiano, manifestando-se em situações como sobrecarga de trabalho, conflitos interpessoais, privação de sono, impaciência, persistência em contextos desfavoráveis, agressividade, mau humor, desequilíbrio emocional, busca excessiva por sucesso profissional e financeiro, além do medo de fracassar em decisões ou tarefas importantes. Esses fatores impactam significativamente a forma como o indivíduo lida com adversidades e seus efeitos tendem a se acumular de maneira sutil, levando o organismo à liberação de substâncias que, com o tempo, podem desencadear doenças de natureza emocional e orgânica. Quando não tratadas adequadamente, tais condições podem evoluir para quadros clínicos mais graves (Alahmar *et al.,* 2020; Mendes; Dias, 2021; Pinto *et al.,* 2021).

Este transtorno se desenvolve de maneira lenta e muitas vezes imperceptível, dificultando a identificação da sua gravidade. Ainda que represente um desafio à saúde mental, o estresse é uma reação natural e necessária à sobrevivência humana. A resposta ao estressor varia conforme as características e vulnerabilidades individuais, apresentando-se, de acordo com o modelo clássico, em três fases: alarme, resistência e exaustão (Medeiros, 2020). Tal fenômeno é especialmente prevalente entre estudantes universitários, devido às múltiplas pressões acadêmicas, sociais e familiares, o que pode comprometer o desempenho acadêmico, o bem-estar emocional e a saúde física dos discentes (Cunha, 2008; Magalhães; Marra, 2023; Pires *et al.,* 2024; Murakami *et al.,* 2024).

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo identificar os níveis de estresse entre estudantes universitários das instituições de ensino superior privadas.

**Resultados**

Os dados da pesquisa foram obtidos por meio da aplicação do instrumento DASS-21 em uma amostra composta por 265 estudantes universitários. Verificou-se que 75,5% dos participantes tinham entre 18 e 25 anos, 81,5% se identificaram como sexo feminino, enquanto 18,1% se identificaram como sexo masculino e apenas 0,4% escolheram um gênero diferente. No que se refere ao estado civil, 85,3% dos estudantes afirmaram que não possuíam parceiro(a), enquanto 14,7% estavam em algum tipo de relacionamento. Em relação à renda familiar, 69,4% relataram ter uma renda de até um salário-mínimo, enquanto 30,6% mencionaram receber mais do que isso. Referente à duração do curso, 37% encontravam-se em períodos intermediários, 32,8% nos períodos iniciais e 30,2% nos últimos períodos. Quanto à situação profissional, 52,5% dos alunos estavam empregados, 35,1% não exerciam qualquer função e 12,5% trabalhavam de forma esporádica. Além disso, 91,3% dos participantes afirmaram possuir alguma forma de crença religiosa, enquanto 8,7% asseguram não ter nenhuma ligação religiosa.

A análise das variáveis sociodemográficas em relação à presença de estresse, acompanhada dos respectivos valores de significância estatística (p), revelou que a faixa etária não apresentou associação significativa ($p = 0,933$), embora 61,9% dos estudantes com estresse estivessem entre 18 e 25 anos. Em relação ao sexo/gênero, 69,4% das participantes do sexo feminino apresentaram estresse, sendo a única variável com associação estatisticamente significativa ($p = 0,003$), indicando maior vulnerabilidade ao estresse entre mulheres. Se referindo à situação conjugal, 70,2% dos estudantes sem companheiro(a) e 31 com companheiro(a) relataram estresse, sem associação estatística relevante ($p = 0,674$). A renda familiar também não demonstrou relação significativa

com o estresse (p = 0,563), embora 56,2% dos estudantes com estresse possuíssem renda de até um salário-mínimo.

Analisando os períodos do curso, 29,1% dos estudantes em fases intermediárias apresentaram estresse, seguidos por estudantes em fases iniciais e finais, sem significância estatística (p = 0,513). O trabalho não apresentou associação com estresse (p = 0,815), apesar de 42,3% dos estudantes que trabalham relatar sintomas. A variável religião também não se mostrou estatisticamente significativa (p = 0,637), ainda que 75,1% dos universitários com estresse declararam possuir alguma crença religiosa (Tabela 5).

**Tabela 5** - Perfil sociodemográfico e associação com a presença de sinais clínicos de estresse nos estudantes (n = 265).

| Variável | Categoria | Sem Estresse n (%) | Com Estresse n (%) | Total (n) | p-valor |
|---|---|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | **18 a 25 anos** | 36 (13,6%) | 164 (61,9%) | 200 | 0,933 |
| | **26 ou mais** | 12 (4,5%) | 53 (20,0%) | 65 | |
| **Sexo/Gênero** | **Feminino** | 32 (12,0%) | 184 (69,4%) | 216 | 0,003 |
| | **Masculino** | 15 (5,7%) | 33 (12,5%) | 48 | |
| | **Outro** | 1 (0,4%) | 0 (0,0%) | 1 | |
| **Situação conjugal*** | **SC** | 40 (15,1%) | 186 (70,2%) | 226 | 0,674 |
| | **CC** | 8 (3,0%) | 31 (11,7%) | 39 | |
| **Renda**** | **≤ 1 SM** | 35 (13,2%) | 149 (56,2%) | 184 | 0,563 |
| | **> 1 SM** | 13 (4,9%) | 68 (25,7%) | 81 | |
| **Períodos do curso** | **Iniciais** | 13 (4,9%) | 74 (27,9%) | 84 | 0,513 |
| | **Intermediários** | 21 (7,9%) | 77 (29,1%) | 98 | |
| | **Finais** | 14 (5,3%) | 66 (24,9%) | 80 | |
| **Trabalha?** | **Sim** | 27 (10,2%) | 112 (42,3%) | 139 | 0,815 |
| | **Não** | 16 (6,0%) | 77 (29,0%) | 93 | |
| | **Eventualmente** | 5 (1,9%) | 28 (10,6%) | 33 | |
| **Possui religião?** | **Sim** | 43 (16,2%) | 199 (75,1%) | 242 | 0,637 |
| | **Não** | 5 (1,9%) | 18 (6,8%) | 23 | |
| **Total** | **—** | **48 (18,1%)** | **217 (81,9%)** | **265** | **—** |

* SC = sem companheiro; CC = com companheiro
** SM = salário-mínimo
**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

No que se refere à distribuição dos participantes por curso, observou-se maior concentração no curso de Enfermagem, com 61 estudantes (23%), seguido por Medicina, com 39 participantes (14,7%), e Psicologia, com 34 estudantes (12,8%). Os cursos de Direito e Odontologia contaram com 31 estudantes (11,7%), Nutrição com 15 (5,7%), Fisioterapia com 13 (4,9%), Medicina Veterinária e Biomedicina com 10 (3,8%), Farmácia e Fonoaudiologia com 6 (2,3%), Arquitetura e Urbanismo e Educação Física com 3 participantes (1,1%), além de Engenharia Civil com 2 (0,8%) e Engenharia Mecânica com 1 (0,4%).

Com base nos escores do DASS-21, os níveis de estresse foram classificados em cinco categorias: normal, leve, moderado, grave e extremamente grave. Somente 48

alunos (18,1%) mostraram um nível adequado de estresse, não manifestaram o transtorno. A grande parte dos envolvidos (81,9%) salientou alguma forma de estresse: 78 alunos (29,4%) apresentaram estresse leve, 81 (30,6%) moderado, 41 (15,5%) grave e 17 (6,4%) relataram estresse extremamente grave. O estresse moderado foi o mais comum, seguido pelo leve, o que indica uma situação alarmante, uma vez que a maioria dos alunos mostrava sintomas acima do que é considerado normal.

## Discussão

A pesquisa sugere que a idade, o estado civil e a prática religiosa não estão diretamente ligadas aos níveis de estresse. Porém, fatores como sexo feminino, estar nos últimos semestres do curso, renda baixa e questões financeira foram significativamente associados a níveis mais elevados de estresse entre os estudantes (Ribeiro *et al.,* 2020). Os estudantes com menor renda familiar e aqueles que precisam equilibrar trabalho e atividades acadêmicas tendem a apresentar níveis mais elevados de estresse, sobretudo em virtude da pressão financeira e da exigência de gerir múltiplas demandas (Rocha *et al.,* 2021).

A análise estatística apontou associação significativa apenas entre o sexo/gênero e a presença de estresse ($p = 0,003$), evidenciando que estudantes do sexo feminino apresentam maior vulnerabilidade. Entre os 265 participantes, 81,5% se identificaram como mulheres, e destas, grande parte relatou níveis de estresse que variaram de leve a extremamente grave. Esse padrão é coerente com achados de Cardoso *et al.* (2019), que atribuem a maior incidência de estresse no público feminino à sobrecarga de funções sociais e acadêmicas, além de fatores culturais que reforçam uma percepção mais intensa das pressões cotidianas. Murakami *et al.* (2024) reforçam que demandas acadêmicas, como excesso de tarefas e cobranças por desempenho, associadas a conflitos interpessoais, podem afetar de forma mais acentuada as mulheres.

A presente investigação evidenciou uma alta prevalência de estresse entre os estudantes universitários avaliados, com 81,9% apresentando algum grau de sintomatologia, desde leve até extremamente grave. Esse achado corrobora estudos prévios que apontam o ambiente acadêmico como um espaço de múltiplas pressões, marcado por cobranças institucionais, insegurança quanto ao futuro profissional e demandas pessoais, configurando-se como um contexto propício ao desenvolvimento de transtornos relacionados ao estresse (Oliveira *et al.,* 2021; Pires *et al.,* 2024).

Embora variáveis como faixa etária, estado civil, renda, período do curso, vínculo empregatício e religião não tenham apresentado associação estatisticamente significativa com os níveis de estresse, alguns padrões observados merecem destaque. A predominância de estresse em estudantes com renda de até um salário-mínimo e entre aqueles que conciliam estudo e trabalho dialoga com estudos que evidenciam o impacto negativo da instabilidade financeira e da sobrecarga de responsabilidades sobre a saúde mental (Rocha *et al.,* 2021; Magalhães; Marra, 2023). A pressão para manter o desempenho acadêmico, somada à necessidade de sustento financeiro, pode agravar a sensação de exaustão, especialmente em contextos em que há escassez de apoio institucional.

Outro ponto relevante é a elevada frequência de estresse moderado e grave, que, juntos, representam quase metade dos casos. Essa distribuição sugere que, embora muitos estudantes convivam com o estresse de forma contínua, uma parcela expressiva já apresenta sinais clínicos que podem evoluir para transtornos psicológicos mais sérios, como depressão e ansiedade, caso não haja intervenção adequada. Esses dados reforçam

a importância de estratégias preventivas, como programas institucionais de promoção da saúde mental, capacitação docente para identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico e disponibilização de serviços de acolhimento psicológico no ambiente universitário (Mendes; Dias, 2021; Pinto *et al.,* 2021).

## Referências

ALAHMAR, U. *et al.* Fatores associados ao estresse percebido em universitários. *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, v. 14, n. 85, p. 330-339, 17 out. 2020. Disponível em: https://www.rbone.com.br/index.php/rbone/article/view/1270. Acesso em: 17 set. 2024.

CARDOSO, J. V.; GOMES, C. F. M.; PEREIRA JUNIOR, R. J.; SILVA, D. A. Estresse em estudantes universitários: uma abordagem epidemiológica. *Revista de Enfermagem UFPE on line*, Recife, v. 13, 2019. DOI: 10.5205/19818963.2019.241547. Disponível em: https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/revistaenfermagem/article/view/241547. Acesso em: 17 abr. 2025.

CUNHA, J. A. *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais*. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2008.

MAGALHÃES, T. de S.; MARRA, A. V. Estresse universitário e vivências acadêmicas: uma revisão sistemática. *Educação: Teoria e Prática*, v. 34, n. 67, p. e07[2024], 2023. DOI: 10.18675/1981-8106.v34.n.67.s17145. Disponível em: https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/educacao/article/view/17145. Acesso em: 22 set. 2024.

MEDEIROS, M. *Estresse, o destruidor de vidas*. São Paulo: Scortecci, 2020.

MENDES, T. C.; DIAS, A. C. P. Sintomas de depressão, ansiedade, estresse e fatores associados em estudantes de medicina brasileiros: uma revisão integrativa. *Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento*, v. 10, n. 4, p. e14910414033, 2021. DOI: 10.33448/rsd-v10i4.14033. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/14033. Acesso em: 17 set. 2024.

MURAKAMI, K. *et al.* Estresse e enfrentamento das dificuldades em universitários da área da saúde. *Psicologia: Ciência e Profissão*, v. 44, p. e258748, 2024. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pcp/a/Cxx6KcwWvKmpmFqd55B9jtL/. Acesso em: 22 set. 2024.

PINTO, A. *et al.* Estresse psicológico e disfunções temporomandibulares: revisão integrativa. *The Open Brazilian Dentistry Journal*, v. 2, n. 1, p. 110-121, 2021. Disponível em: https://dentistryjournal.unifip.edu.br/index.php/obdj/article/view/47. Acesso em: 17 set. 2024.

PIRES, D. B. de P.; MINAS E SILVA, I.; MOURA, R. N. V. de; PAULA, J. S. de. Impacto da ansiedade e do estresse na qualidade de vida dos estudantes de graduação

em odontologia: revisão sistemática. *Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*, Araraquara, v. 19, n. 00, p. e024108, 2024. Disponível em: https://periodicos.fclar.unesp.br/iberoamericana/article/view/18899. Acesso em: 17 set. 2024.

RIBEIRO, F. *et al.* Nível de estresse entre universitários de enfermagem relacionado à fase de formação e fatores sociodemográficos. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 28, p. e3209, 2020. DOI: 10.1590/1518-8345.3036.3209. Disponível em: https://revistas.usp.br/rlae/article/view/178572. Acesso em: 3 maio 2025.

ROCHA, M. S. *et al.* Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Revista Brasileira de Desenvolvimento*, v. 8, p. 80959–80970, 2021. DOI: 10.34117/bjdv7n8-352. Disponível em: https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/34467. Acesso em: 1 maio 2025.

**CAPÍTULO VII**

# EVIDÊNCIAS DE EXAUSTÃO FÍSICA E EMOCIONAL, EM UNIVERSITÁRIOS, QUE PROVOCAM A SÍNDROME DE BURNOUT

Ana Maria Medeiros Dias
Eduarda da Silva Durães Ribeiro
Dayane Indyara de Sá Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Carlos William Pereira dos Santos
Júnio Mendes Rocha
José Elson Amaral dos Santos
Joyce Pereira Soares
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-09

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

A pressão acadêmica, as demandas sociais e a transição para a vida adulta são fatores que têm um impacto relevante para o desenvolvimento da síndrome de *Burnout* em estudantes. O reconhecimento desta condição e a necessidade de algumas estratégias de prevenção nas universidades são fundamentais para garantir um ambiente saudável (Barbosa *et al.,* 2021).

A síndrome é manifestada através de três dimensões: exaustão emocional que é caracterizada por esgotamento profundo, no aspecto físico e psicológico; despersonalização que se caracteriza por uma postura cínica e negativa em relação às pessoas com quem convivem diariamente, resultando na diminuição de empatia e distanciamento; e a redução da realização pessoal em que o indivíduo tende a diminuir a motivação para realização de tarefas, levando a uma sensação de incompetência e baixa autoestima (De Matos *et al.,* 2023).

O presente estudo teve como objetivo identificar os níveis da Síndrome de *Burnout* entre os discentes de universidades privadas, visando compreender a magnitude e os fatores associados a essa condição.

## Resultados

A Síndrome de *Burnout* foi avaliada conforme as três dimensões: exaustão emocional, descrença e eficácia profissional. Sendo que 56,6% dos participantes apresentaram alta exaustão emocional, enquanto 28,7% demonstraram baixa e 14,7% moderada exaustão. 52,1% dos participantes relataram alta descrença em relação aos estudos, 32,1% moderada e 15,8% baixa. Já uma média de 30,2% apresentou baixa eficácia profissional, 17,7% moderada e 52,1% alta eficácia. Com base na combinação das três dimensões, 26,8% dos estudantes foram classificados como apresentando síndrome de *Burnout*, enquanto 73,2% não preencheram os critérios para o diagnóstico.

A maioria dos participantes (75,5%) se encontrava na faixa etária entre 18 e 25 anos. Com relação ao gênero, 81,5% eram do sexo feminino e 18,1% masculino. Quanto ao estado civil, a maioria dos respondentes (85,3%) declarou estar sem companheiro(a), enquanto 14,7% estavam em algum tipo de relacionamento. Em termos de renda, 69,4% informaram ter renda de até um salário-mínimo, e 30,6% declararam renda superior a um salário-mínimo. Sobre os períodos do curso, os estudantes estavam distribuídos entre períodos iniciais, que vinha a ser do segundo ao quarto período (32,8%), intermediários (37%) do quinto ao oitavo e finais (30,2%) que são alunos do nono e décimo período. Em relação à ocupação, 52,5% relataram estar trabalhando, 35,1% não trabalhavam e 12,5% afirmaram trabalhar eventualmente. A grande maioria (91,3%) declarou ter alguma religião (Tabela 6).

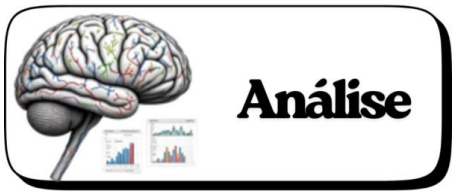



**Tabela 6 –** Associação das variáveis sociodemográficas e a síndrome de *Burnout* (N = 265).

| Variável | Categoria | Com *Burnout* n (%) | Sem *Burnout* n (%) | p-valor |
|---|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | **18 a 25 anos** | 51 (25,5%) | 149 (74,5%) | 0,405 |
| | **26 anos ou mais** | 20 (30,8%) | 45 (69,2%) | |
| **Sexo/ gênero** | **Feminino** | 56 (25,9%) | 160 (74,1%) | 0,228 |
| | **Masculino** | 14 (29,2%) | 34 (70,8%) | |
| | **Outro** | 1 (100,0%) | 0 (0,0%) | |
| **Situação conjugal*** | **SC** | 56 (24,8%) | 170 (75,2%) | 0,075 |
| | **CC** | 15 (38,5%) | 24 (61,5%) | |
| **Renda**** | **Até 1 SM** | 52 (28,3%) | 132 (71,7%) | 0,416 |
| | **Mais de 1 SM** | 19 (23,5%) | 62 (76,5%) | |
| **Períodos do curso** | **Iniciais** | 27 (31,0%) | 60 (69,0%) | 0,147 |
| | **Intermediários** | 29 (29,6%) | 69 (70,4%) | |
| | **Finais** | 15 (18,8%) | 65 (81,2%) | |
| **Trabalha?** | **Sim** | 35 (25,2%) | 104 (74,8%) | 0,412 |
| | **Não** | 24 (25,8%) | 69 (74,2%) | |
| | **Eventualmente** | 12 (36,4%) | 21 (63,6%) | |
| **Possui religião?** | **Sim** | 66 (27,3%) | 176 (72,7%) | 0,567 |
| | **Não** | 5 (21,7%) | 18 (78,3%) | |
| **Total** | | **71 (26,8%)** | **194 (73,2%)** | |

* SC = sem companheiro; CC = com companheiro
** SM = salário-mínimo
**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

A prevalência variou entre os cursos, mas em alguns casos, as altas proporções observadas devem ser interpretadas com cautela devido ao baixo número de participantes. Observou-se que todos os participantes de Arquitetura e Urbanismo (n=3) e de Engenharia Mecânica (n=1) apresentaram *Burnout* (100%), mas essas proporções refletem um universo muito pequeno. Situação semelhante ocorreu na Engenharia Civil, em que 1 dos 2 estudantes (50%) apresentou *Burnout*. Entre os cursos com maior número de participantes, destacam-se Enfermagem (n=61; 34,4% com *Burnout*), Psicologia (n=34; 29,4%), Medicina (n=39; 25,6%) e Direito (n=31; 22,6%). Por outro lado, cursos como Educação Física (n=3), Farmácia (n=6) e Biomedicina (n=10) apresentaram baixas proporções ou ausência de casos. Não foram registrados casos entre os estudantes de Educação Física e Farmácia. Apesar dessas variações, o teste do qui-quadrado de Pearson indicou que a associação entre o curso e a presença da síndrome não atingiu significância estatística.

## Discussão

No presente estudo, observou-se que 56,6% dos estudantes apresentaram exaustão emocional. Esse achado é semelhante ao identificado em pesquisa com estudantes de medicina de uma faculdade federal de São Paulo, cuja prevalência foi de 57,0%. Por outro lado, um estudo realizado com acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública do mesmo estado identificou percentual mais elevado, de 75,0% para essa dimensão (Vasconcelos *et al.,* 2020).

Na dimensão descrença, 52,1% dos participantes desta investigação apresentaram índices elevados. Em comparação, estudo conduzido com acadêmicos de medicina de uma universidade do Maranhão apontou prevalência de 38,0% entre estudantes de todos os períodos, valor inferior ao encontrado nesta pesquisa (Costa, 2023).

Já na dimensão eficácia estudantil, 30,2% dos universitários apresentaram classificação baixa. Resultados semelhantes foram observados em estudo realizado em uma universidade pública de São Paulo (33,0%) e em investigação com estudantes de medicina durante o internato, que identificou 36,2% de baixa eficácia (Fontana, 2020). Esses achados sugerem que a redução da percepção de competência acadêmica é recorrente entre universitários de diferentes contextos e cursos.

No que se refere às variáveis socioeconômicas, verificou-se que 24,8% dos estudantes que apresentaram indicativos de *Burnout* não possuíam vínculo conjugal. Esse resultado é compatível com o estudo de Gondin *et al.* (2022), que identificou prevalência de 19,5% entre estudantes sem companheiro e 26,7% entre aqueles com companheiro. Na presente investigação, a prevalência foi maior entre os que possuíam relacionamento, o que pode indicar que, em determinadas circunstâncias, o vínculo conjugal representa uma sobrecarga emocional adicional, sobretudo quando associado às demandas acadêmicas.

Outro fator relevante foi a renda familiar. Entre os estudantes com renda de até um salário-mínimo, 28,3% apresentaram sintomas compatíveis com a síndrome de *Burnout*. Resultado semelhante foi encontrado por Vasconcelos *et al.* (2020), que verificaram 23,8% de prevalência entre estudantes sem ocupação profissional. Tais dados reforçam a influência de condições econômicas desfavoráveis e da ausência de inserção no mercado de trabalho como potenciais agravantes do sofrimento psíquico durante a trajetória universitária.

Em relação ao tempo de curso, observou-se maior prevalência de *Burnout* entre estudantes nos anos iniciais (31,0%). Esse achado é corroborado por Vasconcelos *et al.* (2020), que identificaram prevalência de 33,3% entre estudantes do terceiro ano. Já na fase intermediária, a presente pesquisa identificou prevalência de 29,6%, valor superior ao encontrado por Gondin *et al.* (2022), que relatou 22,8% entre acadêmicos a partir do sexto período. Esses resultados indicam que o desgaste emocional pode ocorrer tanto no início quanto na transição para as etapas mais avançadas da graduação, reforçando a necessidade de acompanhamento institucional contínuo.

Quanto ao gênero, a prevalência encontrada foi de 25,9% entre mulheres e 29,2% entre homens. Apesar de valores próximos, estudos anteriores apontam tendência de maior prevalência entre mulheres. Gondin *et al.* (2022) identificaram 20,7% de *Burnout* nesse grupo, enquanto Vasconcelos *et al*. (2020) observaram 20,9%. Tal padrão pode estar relacionado à sobrecarga vivenciada por muitas estudantes, que frequentemente acumulam responsabilidades acadêmicas, profissionais e domésticas, além de enfrentarem pressões sociais específicas.

Na tangente idade, a presente investigação identificou prevalência de 25,5% na faixa etária de 18 a 25 anos, valor ligeiramente superior ao encontrado por Gondin *et al.* (2022) entre estudantes com mais de 21 anos (23,6%). O achado de maior prevalência na faixa etária de 18 a 25 anos pode estar relacionado às características dessa etapa do desenvolvimento, marcada por transições significativas, como a entrada na vida universitária, maior independência financeira e emocional e adaptação a novas responsabilidades. Tais mudanças podem contribuir para maior vulnerabilidade a fatores estressores e ao desenvolvimento de problemas emocionais, conforme já apontado por outros estudos que destacam o início da vida adulta como um período crítico para a saúde mental (Gondin *et al.,* 2022).

Como limitação, destaca-se a dificuldade dos universitários em disponibilizar tempo para responder ao questionário, devido às demandas acadêmicas, como estágios e atividades extracurriculares. Essa condição resultou em maior tempo para coleta de dados e, consequentemente, para a realização das análises.

## Referências

BARBOSA, M. V. L. de O.; SILVA, C. do N.; SANTANA, V. V. F. de; CAVALCANTE, R. da S.; CARMO, M. G. do. Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde no contexto da pandemia por COVID-19: revisão integrativa / *Burnout* Syndrome in healthcare professionals in the context of the COVID-19 pandemic: integrative review. *Brazilian Journal of Development*, v. 7, n. 8, p. 85508–85520, 2021. Disponível em: https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/35191.

COSTA, W.; MOTA, N. B.; LEITE, L. O. de S.; MELO, F. N. O. de; LIMA FILHO, A. C. M. Avaliação dos níveis de estresse e Síndrome de *Burnout* em acadêmicos de medicina de uma universidade no Maranhão. *Revista Eletrônica Acervo Saúde*, v. 23, n. 7, p. e12898, 1 ago. 2023.

DE MATOS, J. J.; DIAS MENEZES, T.; DE PAULA FERREIRA NUNES, A. L. Uma abordagem sobre a Síndrome de *Burnout* e seus reflexos na rotina das empresas. *Id on Line – Revista de Psicologia*, v. 17, n. 69, 2023.

FONTANA, M. C. P. *et al. Burnout* syndrome, extracurricular activities and social support among Brazilian internship medical students: a cross-sectional analysis. *BMC Medical Education*, v. 20, p. 1-9, 2020.

GONDIN, J. *et al.* Síndrome de *Burnout* em universitários da área da saúde. *Psicologia, Saúde & Doenças*, v. 23, n. 3, p. 787-795, 2022.

VASCONCELOS, E. M. de *et al.* Fatores preditivos da síndrome de *Burnout* em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, v. 54, p. e03564, 2020.

**CAPÍTULO VIII**

# ENTRE EXPECTATIVAS E REALIDADE: OS DESAFIOS RELACIONADOS À AUTOESTIMA NO CONTEXTO ACADÊMICO

Gislaine Beatriz Matos da Silva
Roger Vicente dos Reis Ferreira
Dayane Indyara de Sá Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Júnio Mendes Rocha
José Elson Amaral dos Santos
Márcia Eduarda Mendes Pinheiro
Bianca Pabline Veiga Marinho
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-10

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

A autoestima refere-se ao julgamento que o indivíduo faz de si mesmo, construída a partir do valor atribuído à sua própria pessoa, gerando sentimentos de apreciação ou repulsa que definem suas autopercepções. Esse constructo envolve a avaliação de valores e crenças pessoais, bem como a análise de qualidades e limitações, refletindo-se na sensação de sucesso, valorização e empoderamento. A autoestima atua como preditor do desempenho escolar, uma vez que estudantes que confiam em suas capacidades tendem a se envolver mais ativamente no processo de aprendizagem e na concretização de seus objetivos acadêmicos. Entretanto, a transição para novos ciclos da vida, como o ingresso no ensino superior, pode trazer mudanças, dificuldades e inseguranças que desafiam o indivíduo a enfrentar a fase adulta (Da Silva; Dos Santos, 2020; Horta; Ferreira, 2021; Lima, 2022).

A baixa autoestima, por sua vez, associa-se a sintomas depressivos, ideação suicida, enfrentamento ineficaz e preocupações excessivas com a imagem corporal, frequentemente acompanhadas de comparações sociais. Níveis adequados de autoestima tendem a promover sensação de bem-estar e desenvolvimento saudável. Entretanto, os transtornos mentais durante o período acadêmico podem suscitar dúvidas quanto às próprias capacidades, reforçando a necessidade de apoio psicológico aos universitários (Lima, 2022).

Considerando esse aspecto, este estudo teve como objetivo identificar os fatores relacionados à autoestima de universitários das instituições privadas FASI e FUNORTE, localizadas na cidade de Montes Claros, Minas Gerais.

## Resultados

Participaram deste estudo 265 acadêmicos dos cursos de Arquitetura e urbanismo, Biomedicina, Direito, Educação Física, Enfermagem, Engenharia civil, Engenharia mecânica, Farmácia, Fonoaudiologia, Medicina, Medicina Veterinária, Nutrição, Odontologia e Psicologia.

Durante esse processo buscou identificar os fatores relacionados à autoestima dos acadêmicos. A maior parcela de universitários tinha idade entre 18 e 25 anos (75,5%). Quanto ao sexo/gênero, observou-se predominância do sexo feminino, (81,5 %), não possuíam companheiros (85,3%), com média salarial de até 1 salário-mínimo (69,4%), a maior parte exerce trabalho remunerado (52,5%) e participavam ativamente de alguma religião (91,3%).

Em relação à avaliação da autoestima, através da aplicação da Escala de Rosenberg verificou-se que a maior parte apresentou autoestima moderada (61,1%), seguida por baixa autoestima (28,7%) e, em menor proporção, por alta autoestima (10,2%).

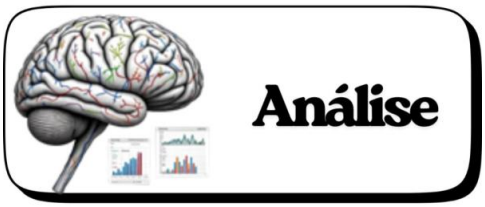



**Tabela 7** - Perfil sociodemográfico e variações da autoestima dos estudantes (N = 265).

| Variáveis | Categoria | Baixa autoestima (n) (%) | Autoestima normal (n) (%) | p-valor |
|---|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | **18 a 25 anos** | 57 (28,5%) | 143 (71,5%) | 0,910 |
| | **26 ou mais** | 19 (29,2%) | 46 (70,8%) | |
| **Sexo/gênero** | **Feminino** | 66 (30,6%) | 150 (69,4%) | 0,330 |
| | **Masculino** | 10 (20,8%) | 38 (79,2%) | |
| | **Outro** | 0 (0,0%) | 1 (100%) | |
| **Situação conjugal** | **SC** | 69 (30,5%) | 157 (69,5%) | 0,109 |
| | **CC** | 7 (17,9%) | 32 (82,1%) | |
| **Renda** | **Até 1 SM** | 57 (31,0%) | 127 (69,0%) | 0,212 |
| | **Mais de 1 SM** | 19 (23,5%) | 62 (76,5%) | |
| **Períodos do curso** | **Iniciais** | 33 (37,9%) | 54 (62,1%) | 0,036 |
| | **Intermediários** | 27 (27,6%) | 71 (72,4%) | |
| | **Finais** | 16 (20,0%) | 64 (80,0%) | |
| **Trabalha?** | **Sim** | 35 (25,2%) | 104 (74,8%) | 0,249 |
| | **Não** | 28 (30,1%) | 65 (69,9%) | |
| | **Eventualmente** | 13 (39,4%) | 20 (60,6%) | |
| **Possui religião?** | **Sim** | 68 (28,1%) | 174 (71,9%) | 0,498 |
| | **Não** | 8 (34,8%) | 15 (65,2%) | |
| **Total** | | **76** | **189** | **265** |

* SC = sem companheiro; CC = com companheiro
** SM = salário-mínimo
**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

Na análise do perfil sociodemográfico e das variações da autoestima, não foram identificadas associações estatisticamente significativas entre autoestima e as variáveis faixa etária (p=0,910), sexo/gênero (p=0,330), situação conjugal (p=0,109), renda (p=0,212), condição de trabalho (p=0,249) e presença de religião (p=0,498). Observou-se, entretanto, associação significativa entre os níveis de autoestima e os períodos do curso (p=0,036), indicando maior prevalência de baixa autoestima nos estudantes dos períodos iniciais em comparação aos períodos intermediários e finais.

Entre os cursos avaliados, destacaram-se Odontologia, com 96,8% de estudantes com autoestima normal, e Enfermagem, com 75,4%, evidenciando maiores proporções de autopercepção positiva. Em contrapartida, cursos como Biomedicina e Fonoaudiologia apresentaram 50% de prevalência de baixa autoestima, seguidos por Fisioterapia (46,2%) e Medicina Veterinária (40,0%), sugerindo maior vulnerabilidade nesses contextos acadêmicos. Além disso, verificou-se que Psicologia e Medicina, ainda que com predominância de autoestima normal (70,6% e 71,8%, respectivamente), mantiveram percentuais expressivos de baixa autoestima, próximos a um terço dos estudantes.

**Discussão**

A pesquisa aponta que níveis reduzidos de autoestima podem estar ligados ao estresse relacionado aos estudos, insegurança financeira e à ausência de uma rede de apoio (Ribeiro *et al*., 2021). Ademais, investigações mostram que elementos como ser do sexo feminino, ter uma renda baixa e estar sem um parceiro(a), atributos comuns na maior parte da amostra estudada, frequentemente se conectam a variações na autoestima (Silva, 2020; Prato; Andrade, 2021).

Apesar da ausência de diferenças estatisticamente significativas entre os grupos de gênero (p=0,330), notou-se que as mulheres exibiram médias de autoestima levemente superiores às dos homens. Tal resultado é coerente com a pesquisa de Silva & Monteiro (2020), que apontaram que universitárias do sexo feminino, apesar de mais expostas a pressões sociais e acadêmicas, tendem a desenvolver estratégias emocionais mais eficazes para lidar com o estresse e a autopercepção. Esse achado contrasta com uma pesquisa publicada no Jornal da USP que revelou que a autoestima tende a ser predominantemente superior entre os homens em comparação às mulheres (Teixeira *et al*., 2017).

A predominância de participantes do sexo feminino, jovens e com baixa renda é um perfil recorrente entre estudantes do ensino superior no Brasil. Segundo pesquisa realizada pela Andifes (2019), 54,6% dos estudantes universitários são do sexo feminino e a média de idade gira em torno dos 24 anos. Quanto à renda, a mesma pesquisa aponta que 70,2% dos alunos possuem renda familiar per capita de até 1,5 salário-mínimo, evidenciando uma realidade socioeconômica marcada pela vulnerabilidade. Em relação à situação conjugal, estudos como o de Ribeiro *et al*. (2021) indicam que a maioria dos estudantes se encontra solteira, o que se relaciona com a fase de transição para a vida adulta. A religiosidade também se destaca como um aspecto cultural relevante.

Quanto à religiosidade, 91,3% dos participantes afirmaram ter alguma religião. Pesquisa realizada por Silva (2020) com jovens universitários da Baixada Fluminense revelou que 87% se declararam religiosos. Silva (2020) enfatiza que a fé e a participação em comunidades religiosas podem oferecer aos estudantes um sentimento de pertencimento e suporte social, aspectos essenciais para a construção e manutenção da autoestima. No entanto, a ausência de impacto direto neste estudo pode estar relacionada à falta de aprofundamento na análise qualitativa do tipo de religiosidade ou do grau de envolvimento espiritual.

A autoestima é um aspecto importante para o bem-estar emocional dos universitários. Pesquisas indicam que níveis reduzidos de autoestima estão associados a sintomas de ansiedade, depressão e ideação suicida e que que níveis adequados de autoestima estão ligados à redução do estresse, da ansiedade e da depressão (Lima,

2022; Gonçalves *et al*., 2020). Com isso, Teixeira *et al*. (2017) em sua pesquisa notou que os alunos com autoestima alta mostraram menor frequência de estresse, sugerindo que a autoestima pode servir como uma proteção para afetar o emocional. Apesar da maioria dos estudantes expressarem uma visão positiva de si mesmos, a quantidade significativa de alunos com baixa autoestima é preocupante, visto que isso pode afetar tanto a saúde mental quanto o desempenho acadêmico.

O estudo evidenciou que não houve diferenças estatisticamente significativas entre os níveis de autoestima e fatores como idade, gênero, renda, estado civil, religião ou vínculo empregatício. No entanto, o período do curso apresentou associação significativa (p=0,036), sendo os alunos dos períodos iniciais os que mais relataram baixa autoestima. Esse achado é parecido com a literatura de Ramos *et al.* (2021), que identificou maior vulnerabilidade emocional nos primeiros semestres, quando os estudantes ainda estão em processo de adaptação ao ambiente universitário, novas exigências e ruptura com estruturas familiares de apoio. Esse dado reforça a necessidade de intervenções institucionais voltadas para o suporte emocional dos estudantes universitários, especialmente durante os primeiros anos do curso, momento que, segundo Nogueira *et al*. (2021), é marcado por inseguranças e transições intensas.

## Referências

ASSOCIAÇÃO NACIONAL DOS DIRIGENTES DAS INSTITUIÇÕES FEDERAIS DE ENSINO SUPERIOR (ANDIFES). *V pesquisa nacional de perfil socioeconômico e cultural dos(as) graduandos(as) das IFES – 2018*. Brasília: ANDIFES, 2019.

DA SILVA, M. N.; DOS SANTOS MONTEIRO, J. C. Avaliação da autoestima de jovens universitárias segundo critério raça/cor. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 28, e3362, p. 1–8, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rlae/a/kNzH46TMDbrtfTd5D4cHtGh/?lang=pt.

HORTA, R. F.; FERREIRA, M. A influência da autoestima no desempenho escolar. *Revista Ensin@ UFMS*, v. 2, Esp., p. 276–286, 2021. Disponível em: https://desafioonline.ufms.br/index.php/anacptl/article/view/14453.

LIMA, A. M. A. *Estado do conhecimento: autoestima, impactos sobre a saúde mental*. 2022. Disponível em: https://dspace.uniube.br:8443/handle/123456789/2107.
NOGUEIRA, A. B.; SILVA, R. S.; COSTA, T. P. Estresse e autoestima em universitários: um estudo com alunos dos primeiros períodos. *Revista de Psicologia Aplicada*, v. 12, n. 1, p. 33–40, 2021.

RAMOS, J. P.; PEREIRA, D. F.; LIMA, R. M. Adaptação à vida universitária: fatores associados à autoestima e rendimento acadêmico. *Revista Educação e Pesquisa*, v. 47, e234512, 2021. DOI: https://doi.org/10.1590/S1678-46342021471234512.

RIBEIRO, A. M.; COSTA, L. S.; SILVA, F. R. Perfil sociodemográfico de estudantes de licenciatura em educação do campo. *Educação & Sociedade*, v. 42, e0222366, 2021.

SILVA, A. J.; MONTEIRO, C. A. P. Autoestima e fatores emocionais em universitários: uma revisão sistemática. *Revista Psicologia & Sociedade*, v. 32, n. 2, p. 45–58, 2020.

SILVA, F. A. Religiosidade e saúde mental entre universitários da Baixada Fluminense. *Revista Interdisciplinar de Psicologia*, v. 13, n. 1, p. 21–30, 2020.

TEIXEIRA, R. A. *et al.* Estresse e autoestima em estudantes de enfermagem. *Archives of Health Investigation*, v. 6, n. 1, p. 1–5, 2017. Disponível em: https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArcHI/article/view/2300.

**CAPÍTULO IX**

# SOLIDÃO E VIDA UNIVERSITÁRIA: REFLEXOS PSICOSSOCIAIS NO DESEMPENHO E BEM-ESTAR DOS ESTUDANTES

Ana Clara Lima Moreira
Yohana Gabriele Silva Andrade
Dayane Indyara de Sá Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Ellen Roberta Reis Oliveira
José Elson Amaral dos Santos
Welberth Leandro Rabelo Pinto
Priscilla Oliveira Santos
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-11

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

Conceitualmente, solidão é uma experiência subjetiva, marcada pela percepção de ausência ou insuficiência nas relações interpessoais. Não se resume à falta de contato social, mas à diferença entre os vínculos que o indivíduo deseja e os que realmente vivencia. Presente em diferentes fases da vida, a solidão é influenciada por fatores biológicos, psicológicos e sociais, afetando de forma significativa o bem-estar. Esta condição está associada a desfechos negativos para a saúde física e mental, incluindo transtornos psicológicos, comprometimento funcional e maior risco de mortalidade, sendo reconhecida como um fenômeno de relevância crescente em saúde pública (Bedim *et al.,* 2025).

A solidão transcende a mera ausência de interação social, manifestando-se mesmo em contextos de convivência, especialmente quando as relações estabelecidas carecem de profundidade ou satisfação no ambiente universitário, essa realidade torna-se particularmente evidente (Barroso; Sousa; Rosendo, 2023).

O ingresso na universidade representa um marco significativo na busca por autonomia. Contudo, essa fase é frequentemente acompanhada por intensa pressão emocional, insegurança e flutuações na autoestima (Vieira, 2024). O acúmulo de cansaço ao longo da trajetória estudantil pode gerar frustrações em relação aos planos pessoais e profissionais, levando ao isolamento e comprometendo o desempenho acadêmico. Essa condição propicia o surgimento de sentimentos de solidão, pensamentos negativos, alterações de humor e exaustão (Macedo, 2023).

O presente estudo teve como objetivo identificar e analisar os níveis de solidão percebida entre estudantes universitários, considerando possíveis associações com variáveis sociodemográficas.

**Resultados**

Participaram da pesquisa 265 acadêmicos dos cursos de arquitetura e urbanismo, biomedicina, direito, educação física, enfermagem, engenharia civil, engenharia mecânica, farmácia, fonoaudiologia, medicina veterinária, medicina, nutrição, odontologia e psicologia.

Os dados revelam que a quase totalidade dos estudantes investigados relatou vivenciar solidão (99,6%), enquanto apenas um participante (0,4%) declarou não apresentar essa condição (Tabela 8).

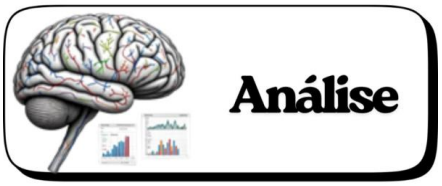



**Tabela 8** - Perfil sociodemográfico e variações da solidão em estudantes universitários (N = 265).

| Variáveis | Categoria | Sem solidão (n) (%) | Com solidão (n) (%) | p-valor |
|---|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | **18 a 25 anos** | 1 (0,5%) | 199 (99,5%) | 0,568 |
| | **26 ou mais** | 0 (0,0%) | 65 (100%) | |
| **Sexo/gênero** | **Feminino** | 1 (0,5%) | 215 (99,5%) | 0,892 |
| | **Masculino** | 0 (0,0%) | 48 (100,0%) | |
| | **Outro** | 0 (0,0%) | 1 (100,0%) | |
| **Situação conjugal *** | **SC** | 1 (0,4%) | 225 (99,6%) | 0,677 |
| | **CC** | 0 (0,0%) | 39 (100,0%) | |
| **Renda **** | **Até 1 SM** | 1 (0,5%) | 183 (99,5%) | 0,506 |
| | **Mais de 1 SM** | 0 (0,0%) | 81 (100,0%) | |
| **Períodos do curso** | **Iniciais** | 0 (0,0%) | 87 (100,0%) | 0,313 |
| | **Intermediários** | 0 (0,0%) | 98 (100,0%) | |
| | **Finais** | 1 (1,2%) | 79 (98,8%) | |
| **Trabalha?** | **Sim** | 1 (0,7%) | 138 (99,3%) | 0,634 |
| | **Não** | 0 (0,0%) | 93 (100,0%) | |
| | **Eventualmente** | 0 (0,0%) | 33 (100,0%) | |
| **Possui religião?** | **Sim** | 1 (0,4%) | 241 (99,6%) | 0,757 |
| | **Não** | 0 (0,0%) | (23 (100,0%) | |
| **Total** | | **1 (0,4%)** | **264 (99,6%)** | |

* SC = sem companheiro; CC = com companheiro
** SM = salário-mínimo
**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

A análise evidenciou que a solidão esteve presente em praticamente todos os cursos avaliados, alcançando 264 dos 265 respondentes (99,6%). Apenas um estudante, do curso de Odontologia, declarou não vivenciar solidão (3,2% dentro do curso), enquanto os demais 30 (96,8%) relataram sentir-se solitários. Em todos os outros cursos, como Enfermagem (61; 100%), Medicina (39; 100%), Direito (31; 100%), Psicologia (34; 100%) e Biomedicina (10; 100%), a prevalência foi absoluta, não havendo nenhum caso sem solidão. Apesar dessa elevada uniformidade entre os cursos,

a associação entre as variáveis não apresentou significância estatística (p=0,910), indicando que a distribuição da solidão não diferiu de forma relevante entre as diferentes graduações investigadas.

Quanto ao perfil sociodemográfico dos participantes evidenciou-se que a maioria se encontra na faixa etária de 18 a 25 anos (75,5%), confirmando o predomínio de um público jovem no ensino superior. Observou-se ainda uma expressiva predominância do sexo feminino (81%), seguido do masculino (18,1%) e de outra identidade de gênero (0,4%). Em relação à situação conjugal, a maior parte dos estudantes relatou não possuir companheiro (85,3%), enquanto apenas 14,7% afirmaram viver em relacionamento conjugal. No que se refere à renda, 69,4% declararam possuir até um salário-mínimo, o que demonstra a inserção de grande parcela em estratos econômicos mais baixos. Quanto ao período acadêmico, a maior proporção de estudantes concentra-se nos períodos intermediários (37%), seguidos dos finais (30%) e iniciais (32,8%). A análise também revelou que mais da metade dos respondentes exerce atividade laboral (52,2%), indicando a necessidade de conciliar estudo e trabalho, enquanto 35,1% não trabalham e 12,7% exercem atividades de forma eventual. Por fim, observou-se que a grande maioria (91,3%) declarou possuir religião, evidenciando a fé como elemento de apoio subjetivo. Em todas essas variáveis, a solidão mostrou-se prevalente de forma homogênea, com percentuais superiores a 98% em todos os estratos, não havendo associação estatisticamente significativa entre as características sociodemográficas e a presença de solidão (p>0,05).

Diante dados coletados durante a pesquisa é notório que a maioria dos respondentes possuem a faixa etária de idade entre 18 a 25 anos (75,5%),este resultado representa os perfis jovens de acadêmicos ,é possível observar a predominância de mulheres (81%) em responder o questionário esses dados mostram a propensão nacional de mulheres no ensino superior, conforme apontado pelo Instituto Semesp (2025), que evidenciou que as mulheres representam a maior parte das matrículas em cursos de graduação. A grande parte (85,3%)dos estudantes entrevistados não possui um companheiro. Em relação salarial (69,4%) tem uma renda de até um salário-mínimo.

Já ao período do curso o maior número de respondentes está nos períodos intermediários, observa-se ainda (52,2%) possuem trabalho essas informações revelam os fatos de que muitos estudantes têm que conciliar os estudos e trabalho, o que pode impactar diretamente na sua saúde mental e consequentemente afetar o seu desempenho acadêmico, conforme discutido por Alexandrino *et al*. (2023). E cerca de (91,3%) dos estudantes se apegam em algum tipo de Fé em busca de refúgio.

## Discussão

Nesta pesquisa teve como objetivo identificar e analisar a ideação suicida entre universitários. A análise dos dados mostra que 10,2% dos estudantes apresentaram risco de ideação suicida, evidenciando a vulnerabilidade desse grupo. A maior prevalência entre estudantes com histórico prévio de transtornos mentais, especialmente depressão, confirma a associação entre condições psiquiátricas pré-existentes e o surgimento de pensamentos suicidas (Cardoso; Barbosa, 2023).

Além disso, a relação observada entre o curso de graduação e os índices de risco sugere que certos ambientes acadêmicos podem intensificar fatores estressores, como carga horária elevada, pressão por desempenho e competição acadêmica (Lima *et al*., 2021; Medeiros *et al*., 2023). Esses resultados reforçam a necessidade de estratégias institucionais de prevenção, como programas de apoio emocional e acompanhamento

psicológico, especialmente para estudantes em cursos mais vulneráveis ou com histórico de transtornos mentais.

Observou-se que 22% dos universitários apresentaram ideação suicida, corroborando a relevância do tema no contexto acadêmico. Embora características sociodemográficas como sexo, estado civil, procedência, moradia, renda familiar e vínculo empregatício não tenham apresentado associação estatisticamente significativa com a presença de ideação suicida, fatores comportamentais e antecedentes pessoais se mostraram fortemente relacionados. Entre os estudantes com ideação suicida, o uso de álcool, tabaco e outras drogas aumentou significativamente as chances de apresentar pensamentos suicidas, com odds ratios de 7,11, 9,15 e 11,03, respectivamente. Além disso, ter sido vítima de bullying elevou em 9,55 vezes as chances, enquanto histórico de tentativa de suicídio anterior aumentou em 243 vezes a probabilidade de ideação suicida. Esses resultados reforçam a importância de políticas institucionais voltadas ao apoio psicológico e prevenção de comportamentos de risco, principalmente em universidades, e dialogam com estudos prévios que apontam a influência de fatores comportamentais e antecedentes pessoais na saúde mental de estudantes (Veloso, 2019; Cardoso; Barbosa, 2023).

Os resultados corroboram os achados deste estudo, indicando que os sintomas depressivos estão significativamente associados à ideação suicida entre estudantes universitários da área da saúde. A identificação precoce e o manejo adequado desses sintomas são essenciais para a implementação de estratégias de prevenção eficazes (Sousa *et al*., 2021).

## Referências

BARROSO, S. M.; SOUSA, A. A. S.; ROSENDO, L. S. Impacto da solidão na qualidade de vida de universitários de Minas Gerais. *Psicologia: Ciência e Profissão,* v. 43, p. e243909, 2023.

BEDIM, N. R. *et al.* Associação entre solidão, fatores sociodemográficos e comportamentais em uma comunidade acadêmica. *Cuadernos de Educación y Desarrollo*, v. 17, n. 5, p. e8465-e8465, 2025.

DE SOUSA, M. N. A. *et al.* Prevalência de ideação suicida e correlação com características sociais e demográficas de entre universitários. *Observatório De La Economía Latinoamericana*, v. 21, n. 7, p. 7425-7444, 2023.

HOLANDA, L. F. M. *et al. Ideação suicida entre estudantes universitários da área da saúde: uma revisão integrativa.* Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Enfermagem) – Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Pernambuco, Campus Pesqueira, 2024. Disponível em: https://repositorio.ifpe.edu.br/xmlui/handle/123456789/1418. Acesso em: 27 ago. 2025.

*INSTITUTO SEMESP.* Mulheres nas matrículas de graduação sobem 25 % na última década. São Paulo: Instituto Semesp, 2023. Disponível em: https://www.semesp.org.br/mais-pesquisas/2023/03/08/participacao-das-mulheres-nas-matriculas-de-graduacao-sobe-25-na-ultima-decada/. Acesso em: 29 ago. 2025.

LIMA DP. *et al.* Prevalência de ideação suicida entre estudantes universitários durante a pandemia de COVID-19. *Rev Enferm UFPE.* 2021;15(1):e247011. Available from: https://doi.org/10.5205/1981-8963.2021.247011

MACÊDO, S. Possibilidades de ações clínicas fenomenológicas em Psicologia frente à solidão entre universitários na contemporaneidade. *AMAzônica*, v. 16, n. 2, p. 1, 2023.
SOARES, M. A importância da saúde mental para os jovens universitários. *The Trends Hub*, n. 4, 2024.

SOUSA, G. S. *et al.* Fatores associados à ideação suicida de universitários da área da saúde. *Revista Brasileira de Enfermagem*, v. 75, p. e20200982, 2021.

VELOSO, L. U. P. *et al.* Ideação suicida em universitários da área da saúde: prevalência e fatores associados. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, v. 40, p. e20180144, 2019. DOI: https://doi.org/10.1590/1983-1447.2019.20180144

**CAPÍTULO X**

# VULNERABILIDADES OCULTAS QUE PROVOCAM ANGÚSTIA: DETERMINANTES DA IDEAÇÃO SUICIDA

Camila Vitória Ferreira Cardoso
Ireni Vieira Novais
Rosilene Rodrigues da Silva
Victor Guilherme Pereira
Dienypher Oliveira Facin Lacerda
Júnio Mendes Rocha
Jânia Lurdes Pires Samúdio
José Elson Amaral dos Santos
Welberth Leandro Rabelo Pinto
Henrique Andrade Barbosa
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-12

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

A transição para o ensino superior envolve mudanças intensas, como a adaptação a um novo ambiente, a cobrança por desempenho acadêmico, dificuldades financeiras e a distância da rede de apoio familiar, fatores que, combinados, podem contribuir para o desenvolvimento de quadros de transtornos mentais comuns como ansiedade, depressão, estresse e ideação suicida (Lima *et al.,* 2021).

A ideação suicida consiste na presença de pensamentos voltados para a própria morte, podendo manifestar-se de forma passiva, quando o indivíduo expressa o desejo de não existir ou de morrer, considera-se como um importante marcador preditivo para comportamentos suicidas subsequentes. A progressão de atitudes suicidas pode envolver o planejamento suicida, caracterizado pela definição de meios, local e momento para a ação, evoluindo para a tentativa, que implica a execução do ato sem êxito letal, e culminando no suicídio consumado, quando a ação resulta na morte do indivíduo. Trata-se de uma condição que exige vigilância clínica e estratégias preventivas eficazes, sobretudo em populações vulneráveis, como universitários (Carrijo; Pinheiro Filho; Gomes, 2024).

A prevalência de ideação suicida entre estudantes universitários é maior do que na população geral, o que evidencia a vulnerabilidade desse grupo etário e social (Cerqueira; Souza, 2022). Dados recentes indicam que fatores como a sobrecarga acadêmica, baixa autoestima, histórico de transtornos mentais e ausência de apoio emocional são determinantes relevantes na emergência de pensamentos suicidas (Sousa *et al*., 2021).

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo identificar os principais determinantes da ideação suicida e investigar a associação entre transtornos mentais comuns entre universitários de faculdades privadas.

## Resultados

A análise do perfil sociodemográfico mostrou que a faixa etária foi a única variável associada significativamente ao risco de ideação suicida (p=0,011), com prevalência de 18,5% entre estudantes com 26 anos ou mais, contra 7,5% nos de 18 a 25 anos. Embora não tenham apresentado significância estatística, observaram-se tendências importantes: maior risco entre homens (14,6%) em comparação às mulheres (9,3%), entre estudantes sem companheiro (11,5%) em relação aos com companheiro (2,6%) e entre aqueles que não possuem religião (21,7%) frente aos que declararam possuir (9,1%), sugerindo possíveis fatores de vulnerabilidade e proteção no contexto universitário (Tabela 9).

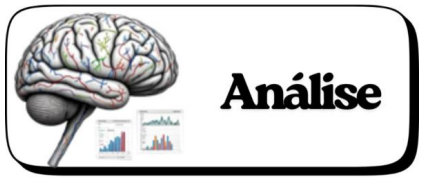



**Tabela 9** - Perfil sociodemográfico e análise de risco de ideação suicida em universitários (N = 265).

| Variáveis | Categoria | Sem risco n (%) | Com risco n (%) | p-valor |
|---|---|---|---|---|
| **Faixa etária** | **18 a 25 anos** | 185 (92,5%) | 15 (7,5%) | 0,011 |
| | **26 ou mais** | 53 (81,5%) | 12 (18,5%) | |
| **Sexo/gênero** | **Feminino** | 196 (90,7%) | 20 (9,3%) | 0,514 |
| | **Masculino** | 41 (85,4%) | 7 (14,6%) | |
| | **Outro** | 1 (100%) | 0 (0,0%) | |
| **Situação conjugal** | **SC** | 200 (88,5%) | 26 (11,5%) | 0,088 |
| | **CC** | 38 (97,4%) | 1 (2,6%) | |
| **Renda** | **Até 1 SM** | 167 (90,8%) | 17 (9,2%) | 0,441 |
| | **Mais de 1 SM** | 71 (87,7%) | 10 (12,3%) | |
| **Períodos do curso** | **Iniciais** | 74 (85,1%) | 13 (14,9%) | 0,190 |
| | **Intermediários** | 91 (92,9%) | 7 (7,1%) | |
| | **Finais** | 73 (91,2%) | 7 (8,8%) | |
| **Trabalha?** | **Sim** | 125 (89,9%) | 14 (10,1%) | 0,922 |
| | **Não** | 84 (90,3%) | 9 (9,7%) | |
| | **Eventualmente** | 29 (87,9%) | 4 (12,1%) | |
| **Possui religião?** | **Sim** | 220 (90,9%) | 22 (9,1%) | 0,055 |
| | **Não** | 18 (78,3%) | 5 (21,7%) | |
| **Total** | | **238 (89,8%)** | **27 (10,2%)** | |

* SC = sem companheiro; CC = com companheiro
** SM = salário-mínimo
**Fonte**: dados da pesquisa, 2025.

Os maiores percentuais apareceram entre alunos de Engenharia Civil (50,0%; n=2), Arquitetura e Urbanismo (33,3%; n=3) e Direito (22,6%; n=31), embora os dois primeiros cursos apresentassem número bastante reduzido de respondentes. Também se destacaram pela presença de ideação suicida os cursos de Medicina Veterinária (20,0%; n=10) e Odontologia (12,9%; n=31).

Por outro lado, cursos como Educação Física (n=3), Farmácia (n=6), Fisioterapia (n=13), Fonoaudiologia (n=6) e Nutrição (n=15) não apresentaram nenhum estudante

em risco. Já Medicina (7,7%; n=39), Enfermagem (8,2%; n=61) e Psicologia (8,8%; n=34) mostraram prevalências inferiores à média geral, mesmo reunindo maiores contingentes amostrais.

Na avaliação do risco de ideação suicida e a presença de transtornos mentais comuns, a maioria não apresentava ideação suicida (238; 89,8%), enquanto uma parcela menor apresentou algum grau de risco, sendo 27 indivíduos (10,2%). A presença de transtornos mentais comuns esteve significativamente associada ao risco de ideação suicida entre os universitários. Observou-se que estudantes com sintomas de depressão apresentaram maior prevalência de ideação suicida (14,5%) em comparação aos que não relataram o transtorno (1,2%), com p=0,001. Situação semelhante foi verificada para ansiedade (12,6% vs. 4,0%; p=0,036). No que se refere ao estresse, também foi identificada associação significativa, sendo que 12,0% dos estudantes com sintomas de estresse relataram ideação suicida, em comparação a 2,1% entre os que não apresentaram o transtorno (p=0,040), indicando que a ocorrência desses quadros psicológicos aumenta substancialmente a vulnerabilidade ao pensamento suicida.

## Discussão

Estudos realizados em diferentes contextos acadêmicos apontam um perfil sociodemográfico semelhante ao encontrado nesta pesquisa, destacando a predominância do sexo feminino, estudantes jovens, majoritariamente solteiros e pertencentes a classes socioeconômicas menos favorecidas. Em um estudo com 103 prontuários de universitários que buscaram atendimento psiquiátrico, observou-se maior proporção de mulheres, faixa etária de 18 a 20 anos, cor branca e estado civil solteiro (Oliveira *et al*., 2024). De modo semelhante, investigação com 509 estudantes da Universidade Federal da Bahia evidenciou maioria feminina, média de idade de 24 anos, predominância de solteiros, além de condições econômicas marcadas por baixa renda e ausência de atividade remunerada (Oliveira; Carmo; Veras, 2024). Esses achados reforçam que fatores sociodemográficos exercem influência relevante sobre a vulnerabilidade a transtornos mentais comuns no contexto universitário.

Um estudo realizado por Veloso *et al*., (2019) identificou que 22,0% dos estudantes universitários avaliados apresentavam sintomas relacionados à ideação suicida, com fatores associados como depressão, ansiedade e insônia. De forma semelhante, Machado *et al*., (2020) relata que a sobrecarga acadêmica, uso de drogas, o isolamento social e o pouco acesso a suporte psicológico institucional influenciam diretamente na intensificação de pensamentos suicidas. Esses dados dialogam com os resultados do presente estudo, que também indicaram sofrimento emocional e presença de risco em uma parcela considerável dos estudantes.

Neste estudo, observou-se que 10,2% dos participantes apresentaram risco para ideação suicida. Esse dado é comparável ao encontrado por Lima *et al*. (2021), que identificaram risco em 11,4% dos universitários avaliados, com destaque para aqueles com histórico de transtornos mentais e sem rede de apoio social. Os resultados reforçam que, mesmo sem manifestação explícita de tentativas, a presença de pensamentos recorrentes de morte exige atenção institucional, ações preventivas e acolhimento.

Apesar da relevância dos achados, este estudo apresenta limitações, como o uso de questionário online autoadministrado, o que pode ter influenciado a sinceridade das respostas. Esses resultados apontam a necessidade de ampliar investigações com diferentes contextos acadêmicos e métodos variados, como entrevistas e análises qualitativas. Para a prática clínica, os dados reforçam a importância de ações

preventivas voltadas à saúde mental dos estudantes, com estratégias que envolvam avaliação periódica e suporte psicológico institucional.

## Referências

BARBOSA M. V. L. O., *et al.* Síndrome de *Burnout* em profissionais da saúde no contexto da pandemia por COVID-19: revisão integrativa. *Braz J Dev.* 2021;7(8):85508–20. Available from: https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/35191

COSTA W., *et al.* Avaliação dos níveis de estresse e Síndrome de *Burnout* em acadêmicos de medicina de uma universidade no Maranhão. *Rev Eletrôn Acervo Saúde.* 2023;23(7):e12898.

DE MATOS J. J., DIAS MENEZES T., NUNES, A.L.P. F Uma abordagem sobre a Síndrome de *Burnout* e seus reflexos na rotina das empresas. Id on Line – *Rev Psicol.* 2023;17(69).

FONTANA M.C.P., *et al. Burnout* syndrome, extracurricular activities and social support among Brazilian internship medical students: a cross-sectional analysis. *BMC Med Educ.* 2020; 20:1–9. doi:10.1186/s12909-020-02290-x

GONDIN J., *et al.* Síndrome de *Burnout* em universitários da área da saúde. *Psicol Saúde Doenças.* 2022;23(3):787–95. doi:10.15309/22psd230313

VASCONCELOS E.M., *et al.* Fatores preditivos da síndrome de *Burnout* em acadêmicos de enfermagem de uma universidade pública. Rev Esc Enferm USP. 2020;54:e03564. doi:10.1590/S1980-220X2018051303564

# CAPÍTULO XI

# CONCLUSÕES

# SAÚDE MENTAL E ENSINO SUPERIOR PRIVADO: IMPLICAÇÕES E PERSPECTIVAS PARA INTERVENÇÕES E DESENVOLVIMENTO INSTITUCIONAL DE ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS

Henrique Andrade Barbosa
Welberth Leandro Rabelo Pinto
Túlio Teixeira Andrade
Luciene Teixeira dos Santos
Carla Mendes Santos Teixeira
Claudia Danyella Alves Leão Ribeiro
DOI – CAPÍTULO: 10.47538/AC-2025.60-13

**Fonte:** META-IA. Imagem gerada por inteligência artificial, 2025.

A presente análise evidencia que os estudantes universitários de instituições privadas apresentam elevada vulnerabilidade a diversos agravos à saúde mental, como depressão, ansiedade, estresse, solidão, baixa autoestima, ideação suicida e síndrome de *Burnout*. Esses transtornos estão diretamente associados a fatores sociodemográficos e acadêmicos, incluindo faixa etária entre 18 e 25 anos, sexo feminino, estado civil solteiro, baixa renda, sobrecarga de atividades curriculares, incertezas em relação à carreira e afastamento das redes de apoio social e familiar.

Embora o ambiente acadêmico proporcione oportunidades de crescimento intelectual e desenvolvimento de competências, ele também se configura como um espaço de intensa pressão emocional e risco psicossocial. As exigências acadêmicas, somadas a condições socioeconômicas desfavoráveis e à ausência ou insuficiência de mecanismos institucionais de suporte estudantil, aumentam a probabilidade de adoecimento mental, afetando negativamente o desempenho acadêmico, as relações interpessoais e a qualidade de vida.

Diante desse cenário, torna-se imprescindível a implementação de estratégias integradas de promoção, prevenção e cuidado em saúde mental, em vários, níveis, a saber:

1) Estrutural:
- Criação de espaços permanentes de acolhimento e escuta (salas de apoio, jardins terapêuticos, salas de relaxamento);
- Ambientes adaptados para promover conforto, silêncio e bem-estar sensorial;
- Sinalização inclusiva;
- Acessibilidade para pessoas com deficiências sensoriais e motoras;
- Salas de autorregulação para neurodivergentes.

2) Gestão:
- Implementação de instruções normativas institucionais de promoção à saúde mental;
- Inclusão de protocolos para manejo de crises psicológicas;
- Fortalecimento de parcerias com serviços públicos e privados de saúde mental;
- Monitoramento sistemático da saúde mental da comunidade acadêmica.

3) Equipes de apoio (psicólogos, pedagogos, assistentes sociais):
- Atendimento psicológico individual e coletivo com protocolos baseados em evidências;
- Grupos terapêuticos e rodas de conversa regulares com ações educativas voltadas à redução do estigma que permeia as questões emocionais;
- Articulação intersetorial com a rede externa de atenção psicossocial;
- Apoio na mediação de conflitos acadêmicos e relacionais.

4) Professores:
- Formação continuada sobre saúde mental estudantil e práticas pedagógicas empáticas;
- Flexibilização responsável de prazos e avaliações para casos acompanhados pelas equipes de apoio;
- Promoção de ambientes de aprendizagem acolhedores, participativos e emocionalmente seguros;
- Garantir a identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico;

- Realizar intervalos entre aulas para mitigar fadiga mental.

5) Acadêmicos
- Desenvolver o protagonismo pessoal;
- Realizar autorreflexão, autoconhecimento e busca por ajuda;
- Participação em atividades de bem-estar, cultura e esporte promovidas pela instituição;
- Estabelecimento de rotinas saudáveis e redes de apoio entre colegas;
- Comprometimento com o autocuidado e com a escuta empática aos pares.

Investir na saúde mental no contexto universitário não deve ser visto apenas como uma medida assistencial, mas como uma ação voltada para a formação de profissionais mais qualificados, resilientes e socialmente comprometidos. Ao adotar iniciativas consistentes e sustentáveis, as instituições contribuem de forma efetiva para a construção de um ambiente educacional mais saudável, inclusivo e promotor de bem-estar.

## Referências

CARDOSO, C. V. F.; BARBOSA, H. A. Determinantes da ideação suicida entre universitários de faculdades privadas. in *Anais do Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

DIAS, A. M. M.; RIBEIRO, E. S. D.; BARBOSA, H. A. Identificação da síndrome de *Burnout* entre os estudantes universitários de faculdades privadas. in *Anais do Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

KROGER, R. A.; SOUSA, S. C.; BARBOSA, H. A. Sintomas de depressão entre estudantes universitários de faculdades privadas. in *Anais do Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

MACEDO, F. F.; PEREIRA, G. A. S.; BARBOSA, H. A. Estresse e vida acadêmica: fatores estressores em universitários. in *Anais do Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

MATOS DA SILVA, G. B.; FERREIRA, R. V. R.; BARBOSA, H. A. Fatores relacionados à autoestima dos universitários da faculdade privada. in *Anais do Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

MOREIRA, A. C. L.; ANDRADE, Y. G. S.; BARBOSA, H.A. Reflexo da solidão na vida acadêmica dos universitários. *R*in *Anais do Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

NOVAIS, I. V.; SILVA, R. R.; BARBOSA, H. A. Ideação suicida associada aos transtornos mentais comuns entre universitários de faculdades privadas. in *Anais do*

*Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

SOUZA, G. A.; MAYRINK, M. E. B.; BARBOSA, H. A. SINTOMAS DE ANSIEDADE EM UNIVERSITÁRIOS DE FACULDADES PRIVADAS. in *Anais do Simpósio de TCC FASI*, v.12, n.23, jan./jun. 2025. Disponível em: https://fasi.anaissimposiotcc.com.br/

EDITORA AMPLAMENTE

ISBN: 978-6-55321-046-2

9 786553 210462